

MASALA

TV FOOD TV
RECIPES IN ENGLISH & URDU

READING SECTION

Online Library For Pakistan

WWW.PAKSOCIETY.COM

HUM

READING SECTION

Online Library For Pakistan

WWW.PAKSOCIETY.COM

Engl. No. 30/1343

Rs. 150

پاک سوسائٹی

ڈرافٹ کام

READING SECTION

Online Library For Pakistan

WWW.PAKSOCIETY.COM

READING SECTION

Online Library For Pakistan

WWW.PAKSOCIETY.COM

WWW.PAKSOCIETY.COM

بڑی عید پر خوب کھائیں مگر احتیاط سے

پکائیں عید کے پکوان، مصالحہ کے شیفیس کے ساتھ

عید الاضحیٰ، عالم اسلام کے لئے خوشی کا تہوار



READING SECTION

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM

ONLINE LIBRARY
FOR PAKISTAN



PAKSOCIETY1



PAKSOCIETY



سہ ماہی

سہ ماہی کی Subha

with Shaista

ہم آ رہے ہیں آپ کی صبح میں رنگ بھرنے

Monday to Thursday, 9 AM



READING Section
Furniture Partner: CONTRADICTIONS

www.Paksociety.com

Kausar

BANASPATI & COOKING OILS

کچھ خاص ہمارے کھانے میں



 KausarCookingOils

 www.kausar.com.pk

READING
Section

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM

ONLINE LIBRARY
FOR PAKISTAN



PAKSOCIETY1



PAKSOCIETY

30 سالوں سے کوشاں



معدے اور دل کے مریض ڈاکٹر کی ہدایت کے مطابق استعمال کریں۔
ڈاکٹر کی ہدایت کے بغیر طویل استعمال سے گریز کریں۔
تمام دوائیں بچوں کی پہنچ سے دور رکھیں۔
طبیعت زیادہ خراب ہو تو ڈاکٹر سے رجوع کریں۔
خوراک لیبل پر دی گئی ہدایات کے مطابق استعمال کریں۔

Full prescribing information is available on request

Ponstan®
(Mefenamic Acid)



Working together for a healthier world™

Pfizer Pakistan Limited
12 - Dockyard Road, West Wharf
P.O. Box 5107, Karachi - 74000
Tel: 9221 32200121-5
Fax: 9221 3220445

READING
Section

www.paksociety.com



SPREADING
THE JOY OF
HEALTHY LIVING



Live Healthy
keep Work Life Balance & Enjoy Life

A public service message by Tabba Heart Institute on





World Heart Day

AT THE HEART OF HEALTH

Celebrating 10 Glorious years of Success



ST-01, Block 02, Federal 'B' Area, Karachi 75950 Web: www.tabbaheart.org UAN: 021-111-THI-THI (844-844) Follow us on:  

READING
Session





www.Paksociety.com

Phool

Tikka Masala Irresistible!



A.R. FOODS (PVT) LTD.
32-33 Industrial Triangle Estate, Kahuta Road, Humak, Islamabad, Pakistan.
Tel: +92 51 4490471-4 (4 Lines) Fax: +92 51 4491117
e-mail: arf@arfoods.com.pk www.arfoods.com.pk

/Phool.pk

SHOP ONLINE
<http://arfoods.com.pk>

FOR RECIPES
Type <Phool>
send SMS to **8227**

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM

ONLINE LIBRARY
FOR PAKISTAN



PAKSOCIETY1



PAKSOCIETY



Watan pey QURBAN honay ka



DIL CHAHAYI!

6th September
DEFENCE DAY
READING Section



www.dawnfrozenfoods.com
f /dawnfoods
@dawnfoodspk



BAKE
PARLOR®

ہوٹل کے سارے مزے

گھر پر لے آتے ہیں

بیک پارلر کا ہے یہ کمال۔۔۔

بیف ہو یا مٹن یا چاہے چکن ...

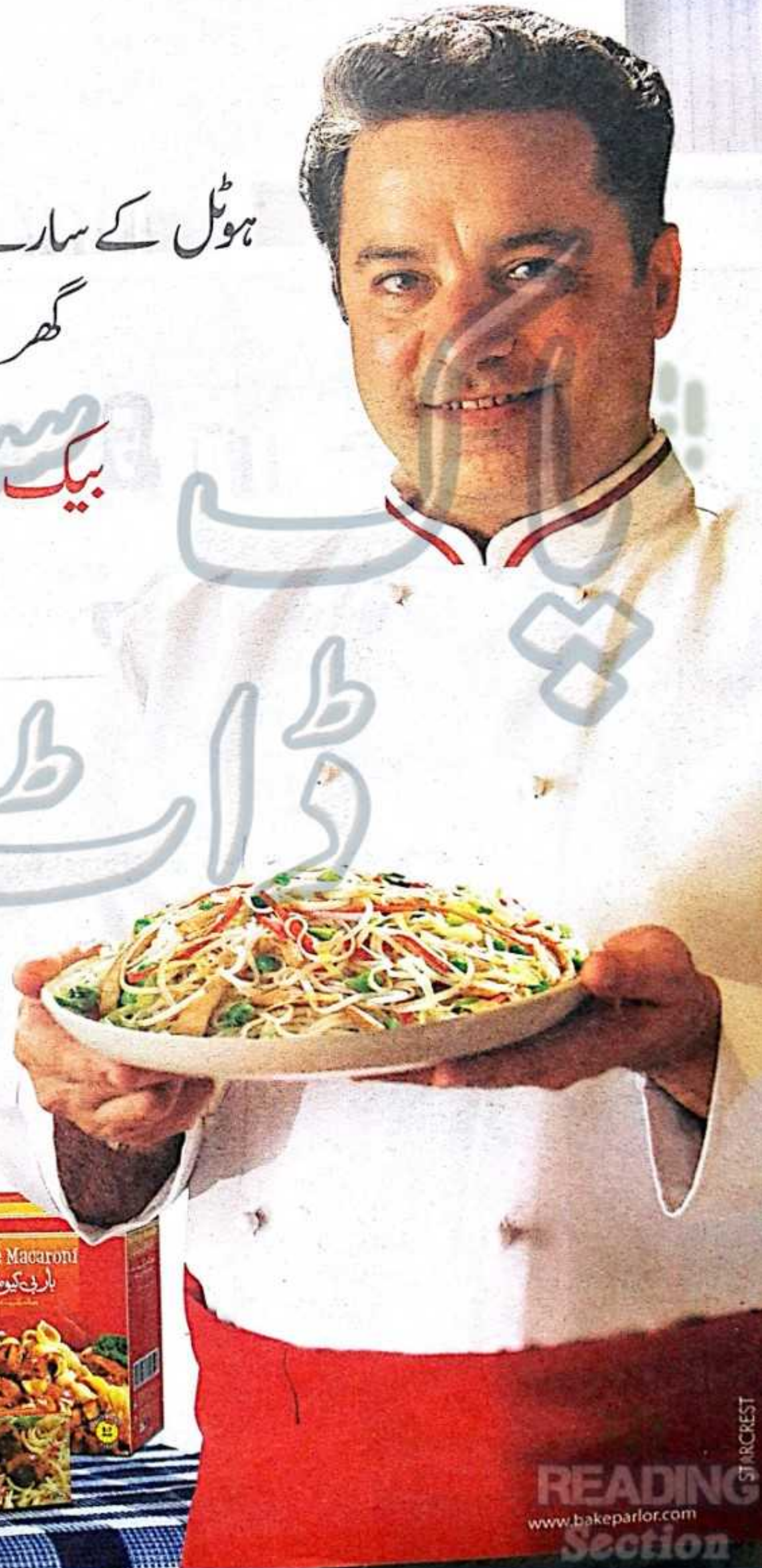
سب پکے ایک منفرد انداز سے!

بیک پارلر 2-in-1 ریسی لائیں

اور عید کا دسترخوان سجائیں۔

20
Recipes

Can be cooked with
Beef and Mutton



READING
www.bakeparlor.com
Section

STARCREST

Content



53

> Chaska Pakanay Ka
چسکا پکانے کا

63

> Tarka
ترکا

73

> Food Diaries
فوڈ ڈائریز

83

> Lively Weekends
لائیو ویکی اینڈز

84

> City News
سٹی نیوز

89

> Totkay
ٹوٹکے



15

> Editorial
اداریہ

16

> Masala Special
عید الاضحیٰ عالم اسلام کے لئے خوشی کا تہوار

21

> Masala Special
بڑی عید پر خوب کھائیں مگر احتیاط سے

23

> Handi
ہانڈی

33

> Dawat
دعوت

41

> Masala Mornings
مصالحہ مارننگز

محترم قارئین
السلام وعلیکم!

جس وقت یہ سطور آپ کی نظروں سے گزر رہی ہوں گی، آپ عید الاضحیٰ کی تیاریوں میں مصروف ہوں گے۔ قربانی کے جانوروں سے گلی محلے سجے ہوئے ہوں گے اور بچے اور بڑے ان کے نازخڑے اٹھاتے نظر آ رہے ہوں گے۔ عید الاضحیٰ ایک ایسا اسلامی تہوار ہے جسے ”عظیم قربانی“ کی یادگار کے طور پر منایا جاتا ہے۔ عید الاضحیٰ اللہ تعالیٰ کے جلیل القدر پیغمبر کی سنت ہے جو تا قیامت تک زندہ رہے گی۔ یہ عید اس واقعہ کی یاد میں منائی جاتی ہے جو دنیا میں سب سے زیادہ مثالی واقعہ ہے۔

عید الاضحیٰ یا بقر عید خواتین کے لئے انتہائی مصروفیت کا تہوار ہوتا ہے۔ عید کے دن جانور کے ذبیحہ سے لے کر گوشت بانٹنے اور اس کے بعد دعوتوں کا نہ تھمنے والا سلسلہ انہیں مسلسل مصروف رکھتا ہے۔ اگر ایسے میں خواتین تھوڑی سے ذہانت سے کام لیں اور کچھ کام عید سے پہلے ہی نمٹا کر رکھ لیں تو عید کے موقع پر انہیں نسبتاً کم مشکلات پیش آئیں گی۔ اس ضمن میں ہم نے اپنے زیر نظر شمارے میں کچھ مضامین شامل کئے ہیں جو یقیناً آپ کے لئے رہنما اور کارآمد ثابت ہوں گے۔ اتنا ہی نہیں بلکہ عید کے موقع پر کھانے پینے میں کن احتیاطوں سے کام لینا چاہئے اور عید الاضحیٰ کا بنیادی فلسفہ کیا ہے اور یہ فلسفہ ہماری زندگیوں پر کیسے اثر انداز ہوتا ہے، کے حوالے سے ہم نے اندرونی صفحات پر اپنے قارئین کی رہنمائی کی ہے۔

عید ہے قربانی کی، جس کے بعد ارد گرد کے ماحول کی صفائی انتہائی اہمیت کی حامل ہے۔ بطور خاص ہمارے ملک میں لوگ گلی محلوں میں جانوروں کا ذبیحہ کرتے ہیں جس کے بعد ان جگہوں کی صفائی کی زحمت گوارا نہیں کرتے۔ عمومی سوچ یہ ہے کہ سرکاری گاڑی آئے گی، آلائشیں اور خون کی صفائی اُن ہی کی ذمہ داری ہے۔ حکومتی مشنری کی ذمہ داری اپنی جگہ لیکن ہماری ذمہ داری یہ ہے کہ آلائشوں کو فوری طور پر کسی ایک جگہ جمع کرنے کا بندوبست کریں۔ جانور کے خون کو بہانے اور صفائی کا بندوبست کریں کیوں کہ صفائی نصف ایمان ہے۔ عید الاضحیٰ کے موقع پر ہمارا ایمان صرف قربانی تک محدود نہیں رہنا چاہئے بلکہ صفائی ستھرائی کے حوالے سے بھی ایمان کو مکمل کرنا چاہئے۔

اگر ہم سماجی اور معاشرتی ذمہ داریوں میں اپنا بھی تھوڑا سا حصہ ڈال دیں تو بہت سے مسائل سے آسانی سے نجات حاصل کی جاسکتی ہے۔

شہناز رمزی



چیف ایڈیٹر۔ سلطانیہ صدیقی، ایڈیٹر۔ شہناز رمزی، جاسٹ ایڈیٹر۔ شازیہ انوار

اسٹنٹ ایڈیٹر۔ معاذ احمد، ایڈیٹر ایل اسٹنٹ۔ نصر خان

سینئر ایڈیٹر۔ سید نیل احمد، ڈیزائنر۔ یوسف رضوی، عکاسی۔ حارث عثمانی، احسن قریشی، ایڈورٹائزنگ منیجر۔ منور حسین بھٹی، فون: 03333222353 - munawar.h@masalatv.tv

ڈسٹری بیوٹر۔ رہبر نیوز ایجنسی، 0333 216 8390 پرنٹر۔ یونی پرنٹ

ہم نیٹ ورک لمیٹڈ۔ 10/11، حسن علی اسٹریٹ، ہدایت آباد، آئی چندریگر روڈ، کراچی۔ پاکستان 74000۔ پوسٹ۔ این۔ این۔ 111-486-111 (کراچی) فیکس۔ 92-21-32628640

مزید معلومات کے لئے: shanaz.ramzi@hum.tv آن لائن خریداری کے لئے: http://www.masala.tv/masalomag/

MASALA 15 EDITORIAL

READING
Section

پاک سوسائٹی ڈاٹ کام کی پیشکش

یہ شمارہ پاک سوسائٹی ڈاٹ کام نے پیش کیا ہے

ہم خاص کیوں ہیں :-

- ✦ ہائی کوالٹی پی ڈی ایف فائلز
- ✦ ہر ای بک آن لائن پڑھنے کی سہولت
- ✦ ماہانہ ڈائجسٹ کی تین مختلف سائزوں میں اپلوڈنگ
- ✦ سپریم کوالٹی، نارمل کوالٹی، کمپریسڈ کوالٹی
- ✦ عمران سیریز از مظہر کلیم اور ابن صفی کی مکمل ریج
- ✦ ایڈ فری لنکس، لنکس کو میسجے کمانے کے لئے شرٹک نہیں کیا جاتا
- ✦ ہر ای بک کا ڈائریکٹ اور ریڈیو م ایبل لنک
- ✦ ڈاؤنلوڈنگ سے پہلے ای بک کا پرنٹ پر یو ہر پوسٹ کے ساتھ
- ✦ پہلے سے موجود مواد کی چیکنگ اور اچھے پرنٹ کے ساتھ تبدیلی
- ✦ مشہور مصنفین کی کتب کی مکمل ریج
- ✦ ہر کتاب کا الگ سیکشن
- ✦ ویب سائٹ کی آسان براؤزنگ
- ✦ سائٹ پر کوئی بھی لنک ڈیڈ نہیں

We Are Anti Waiting WebSite

واحد ویب سائٹ جہاں ہر کتاب ٹورنٹ سے بھی ڈاؤنلوڈ کی جاسکتی ہے

↳ ڈاؤنلوڈنگ کے بعد پوسٹ پر تبصرہ ضرور کریں

↳ ڈاؤنلوڈنگ کے لئے کہیں اور جانے کی ضرورت نہیں ہماری سائٹ پر آئیں اور ایک کلک سے کتاب

ڈاؤنلوڈ کریں

اپنے دوست احباب کو ویب سائٹ کا لنک دیکر متعارف کرائیں

WWW.PAKSOCIETY.COM

Online Library for Pakistan



Like us on
Facebook

fb.com/paksociety



twitter.com/paksociety1

عید الاضحیٰ، عالم اسلام کے لئے خوشی کا تہوار

حضرت ابراہیم کی قربانی، اپنی نوعیت اور تاریخ کے لحاظ سے انتہائی منفرد قربانی تھی کیونکہ یہ صرف اللہ تعالیٰ کے لئے تھی

اسلام کی دو اہم عیدوں میں ایک عید الاضحیٰ ہے جو ذی الحجہ کی دسویں تاریخ کو عالم اسلام میں پورے جوش و خروش سے منائی جاتی ہے۔ عید کا آغاز 624ء میں ہوا۔ عید الاضحیٰ اس بے مثال قربانی کی یادگار ہے جو حضرت ابراہیم نے اللہ تعالیٰ کے حضور میں پیش کی۔ حضرت ابراہیم کے دل میں بی بی حاجرہ سے شادی کے بعد اولاد کی خواہش پیدا ہوئی۔ اس کا اظہار آپ نے اللہ تعالیٰ سے ان الفاظ میں کیا ”اے پروردگار مجھے ایک بیٹا عطا کر جو صالحوں میں سے ہو۔“ حضرت ابراہیم کی دعا قبول ہوئی اور حضرت اسماعیل پیدا ہوئے۔ جب حضرت اسماعیل کچھ بڑے ہوئے تو اللہ تعالیٰ کی طرف سے آزمائش کا سلسلہ شروع ہوا۔ حکم ملا کہ اپنی بیوی اور شیر خوار بچے کو مکہ کی بے آب و گیاہ وادی میں چھوڑ آ۔ آپ نے اس حکم کی تعمیل کی اور جب ان کو چھوڑ کر لوٹنے لگے تو پیچھے پلٹ کر نہیں دیکھا کہ مبادا فطری جذبے سے دل بھر آئے اور ارادہ متزلزل ہو جائے۔ سیدہ حاجرہ آپ کے پیچھے پیچھے چلیں اور پوچھا ”آپ ہمیں کس کے آسرے پر چھوڑے جاتے ہیں؟“ جواب ملا ”اللہ پر“ انہوں نے فرمایا ”میں اللہ پر راضی ہوں۔“ جب آپ اس آزمائش پر کھرے اترے تو اللہ تعالیٰ نے انعام کے طور پر اس بے آب و گیاہ آبادی میں زمزم کا چشمہ جاری کیا اور قبیلہ جرہم کو وہاں آباد کر دیا۔

ہم سب کے لئے اس میں سبق ہے کہ اللہ کے دین کو رائج اور قائم کرنے کے لئے بڑا خطرہ مول لینے میں کبھی نہیں جھجکتا چاہئے، چاہے اس کے لئے بیوی بچوں سے جدائی یا بھوک پیاس براشت کرنی پڑے اور جان و مال تک کی قربانی دینی ہو تو پس و پیش سے کام نہ لیں جیسا کہ حضرت ابراہیم نے کیا تھا۔



پاک سوسائٹی

ترین چیز پیش کی جائے۔ اس قربانی کا مقصد صرف اور صرف اللہ کی خوشنودی و رضا کا حصول ہو۔ اس میں کسی بھی قسم کی ریا کاری نہ ہو۔

کوئی اگر اس وجہ سے عمدہ مہنگے جانور خریدتا ہے کہ لوگ اس کی تعریف کریں اور اسے سراہا جائے تو اللہ تعالیٰ کے پاس اس کا کوئی اجر نہ ہوگا۔ بڑے سے بڑے عدد کو اگر صفر سے تقسیم کر دیا جائے تو حاصل ضرب صفر ہو جاتا ہے۔ اس کے علاوہ اس میں جان و مال و وقت اور صلاحیتوں کی بھی قربانی شامل ہیں۔

قربانی خوش حال لوگوں پر واجب ہے۔ قربانی کے گوشت کا ایک حصہ غرباء، دوسرا حصہ اپنے اقرباء اور تیسرا حصہ خود اپنے لئے مخصوص ہوتا ہے۔ دور حاضر میں لوگ مہنگے اور بڑے جانور ذبح کر کے سارا گوشت فرج میں جمع کر لیتے ہیں جو صریحاً غلط اور قربانی کی روح کے منافی ہے۔ اس سے اجتناب کرنا چاہئے۔ اس موقع پر صاحب حیثیت افراد کو غریبوں کا خاص خیال رکھنا چاہئے تاکہ وہ اور ان کے بچے بھی عید کی خوشی مناسکیں۔ انہیں اس دن اپنے گھروں میں بلانا چاہئے اور خود بھی ان کے یہاں جانا چاہئے۔

عید کے موقع پر غسل کرنا، حسب استطاعت نئے کپڑے پہننا، خوشبو لگانا، نماز کے لئے خالی پیٹ جانا، عید گاہ کے لئے ایک راستے سے جانا اور دوسرے راستے سے واپس آنا، راستے میں تکبیریں، خطبہ سننا، خواتین کا عید گاہ میں جانا عید کی سنتوں میں شامل ہے۔ ان سنتوں کو ادا کریں، قربانی کریں اور اپنے ارد گرد رہنے بسنے والوں کا خیال رکھیں کہ قربانی کی اصل روح یہی ہے۔ ■

دوسری آزمائش حضرت ابراہیمؑ کی اُس وقت ہوئی جب آپ خواب میں اپنے اکلوتے بیٹے کو اپنے ہی ہاتھوں سے ذبح ہوتا ہوا دیکھتے ہیں۔ آپ اسے وحی الہی سمجھ کر فوراً اس کی تکمیل کے لئے تیار ہو گئے۔ اپنے بیٹے اسماعیلؑ سے مشورہ کیا تو انہوں نے بھی اللہ تعالیٰ کے حکم کے آگے سر تسلیم خم کر دیا۔

قرآن کریم نے اس کا منظر اس طرح سے کھینچا 'وہ لڑکا جب اس کے ساتھ دوڑ دھوپ کی عمر کو پہنچ گیا تو (ایک روز) ابراہیمؑ نے اس سے کہا بیٹا خواب میں دیکھتا ہوں کہ میں تجھے ذبح کر رہا ہوں۔ اب بتا تیرا کیا خیال ہے؟' اس نے کہا 'ابا جان! جو کچھ آپ کو حکم دیا جا رہا ہے اسے کر ڈالئے۔ آپ انشاء اللہ مجھے صابروں میں سے پائیں گے۔'

جب حضرت ابراہیمؑ اس عظیم قربانی کے لئے تیار ہو گئے تو آپ نے اسماعیلؑ کو پیشانی کے بل لینا دیا کہ کہیں چہرہ ادا کیکھ کر پدرانہ محبت ہاتھوں میں لرزش نہ پیدا کر دے۔ قریب تھا کہ چھری اپنا کام کر جاتی کہ اللہ تعالیٰ نے فرمایا 'ابراہیمؑ تم اس آزمائش میں بھی سرخرو ہو نکلے اور ایک مینڈھا آپ کی جگہ بطور فدیہ قربانی کے لئے جنت سے بھیج دیا۔'

یہ انسانی قربانی، اپنی نوعیت اور تاریخ کے لحاظ سے انتہائی منفرد قربانی تھی کیونکہ یہ صرف اللہ تعالیٰ کے لئے تھی جس میں قربان کرنے والے اور قربان ہونے والے دونوں کی رضامندی شامل تھی۔ یہی وہ سنت ابراہیمؑی ہے جس کی یاد میں ہر سال مسلمان عید الاضحیٰ کے موقع پر قربانی کرتے آئے ہیں۔ سنت ابراہیمؑی سے ہمیں یہ سبق ملتا ہے کہ اللہ تعالیٰ کی راہ میں اپنی محبوب

عید کے موقع پر افراتفری کیسی، سہولت سے کام کریں

اگر کچھ حکمت عملی اختیار کر لی جائے تو عید کے مسائل سے نبرد آزما ہو کر اس خوشی کے موقع سے لطف اندوز ہوا جاسکتا ہے

عید الاضحیٰ ایک مذہبی تہوار ہے جس میں سنت ابراہیمی پر عمل کرتے ہوئے جانوروں کو ذبح کیا جاتا ہے۔ یہ وہ عید ہے جس پر عزیز واقارب کی دعوتوں کا سلسلہ بندھتا ہے اور گوشت سے نئے نئے چٹ پٹے پکوان تیار کئے جاتے ہیں یعنی خوشی کے اس موقع پر خواتین کے کاموں میں کئی گنا اضافہ ہو جاتا ہے۔ اس عید کا سب سے بڑا اور اہم مسئلہ گوشت کی تقسیم اور اسے محفوظ کرنا ہوتا ہے۔ اس کے بعد گھر والوں اور مہمانوں کی مزے دار اور نئے نئے پکوانوں سے تواضع کرنا بھی خواتین کے لئے آزمائش کا باعث ہوتا ہے۔ مثال کے طور پر جلدی یا بے دھیانی کے باعث گوشت صحیح طور پر نہ گلے تو اچھی خاصی کو ذلت اور مہمانوں کے سامنے خفت کا سامنا کرنا پڑتا ہے، تاہم اگر کچھ حکمت عملی اختیار کر لی جائے تو عید کے مسائل سے نبرد آزما ہو کر اس خوشی کے موقع سے لطف اندوز ہوا جاسکتا ہے۔

قربانی کے موقع پر مرد حضرات گوشت بنوا کر خواتین کے حوالے کر دیتے ہیں پھر یہ خواتین کا ذمہ ہوتا ہے کہ وہ بانٹنے اور گھر میں استعمال ہونے والے گوشت کے علیحدہ علیحدہ حصے تیار کریں۔ اپنے گھر میں ہونے والی قربانی کے علاوہ پاس پڑوس اور رشتے داروں کے ہاں سے آنے والے گوشت کو بھی سنبھالنا پڑتا ہے۔ ایسے میں خواتین کو چاہئے کہ ایک تو وہ بقر عید سے پہلے فرج اور ڈیپ فریزر کی اچھی طرح صفائی کر لیں۔ اس بات کو یقینی بنائیں کہ اس میں گوشت فریز کرنے کی گنجائش موجود ہو۔ اس کے علاوہ مختلف اقسام و سائز کی تھیلیاں اور ہوابند ڈبے بھی پہلے سے خرید لئے جائیں۔ چاہیں تو گوشت بانٹنے کے لئے المونیم فوائل سے بنے ہوئے ڈبے بھی استعمال کئے جاسکتے ہیں۔

کوشش کریں کہ گوشت کو زیادہ دیر باہر کھلا ہوا نہ چھوڑیں اور اگر چھوڑنا پڑے تو ایک کپڑے کو سر کے میں بھگو کر چھوڑیں اور گوشت پر ڈال دیں تاکہ گوشت خراب نہ ہو۔ بانٹنے والا گوشت جلد از جلد بٹو ادیں۔ گھر میں رکھنے والے گوشت کو بڑے بڑے پیکٹوں کے بجائے چھوٹے چھوٹے پیکٹ میں محفوظ کریں۔ ہر پیکٹ کو ڈش کے لحاظ سے ترتیب دیں۔ جیسے بوٹی کباب کا گوشت، بریانی کا گوشت اور نہاری کے پیکٹس اور ان پر مار کر سے لکھ بھی دیں۔ بڑا چھوٹا دنبہ اور اونٹ کا گوشت علیحدہ علیحدہ جگہ محفوظ کریں۔ بصورت دیگر پکاتے وقت آپ کو مختلف اقسام

کے باعث ڈالنے کے علاوہ گلاوٹ میں بھی مشکل پیش آسکتی ہے۔ گوشت پر نمک چھڑک کر بھی اسے شاپر میں محفوظ کیا جاسکتا ہے۔ اگر آپ کو نمک سے پاک گوشت چاہئے تو گوشت پر تو ہلکا سا سفید سرکہ لگا کر بھی گوشت کو لمبے عرصے تک محفوظ کیا جاسکتا ہے۔ چاہیں تو پسندوں اور قیے پر دہی لال مرچ، ادراک، لہسن، دھنیا اور نمک لگا کر تھیلی میں محفوظ کر لیں۔ اب پکاتے وقت صرف پیاز کا مصالحہ تیار کریں اور گوشت یا قیے کو اس میں ڈال کر پکالیں۔ ادراک اور لہسن بھی گوشت کو محفوظ رکھنے میں معاون ثابت ہوتے ہیں۔ باربی کیو کے علاوہ کسی بھی قسم کی ڈش کے لئے گوشت، ادراک، لہسن اور نمک لگا کر اُپالیں اور ٹھنڈا کرنے کے بعد محفوظ کر لیں۔ اس طرح اسے پکاتے وقت بھی سہولت رہے گی اور زیادہ وقت نہیں لگے گا۔

عموماً گھروں میں قربانی کے فوراً بعد کھجی کی فرمائش کی جاتی ہے اور جب پیش کی جائے تو لوگ اس کے سخت ہونے کی شکایت کرتے نظر آتے ہیں۔ اس لئے ایک تو اس بات کا خاص خیال رکھیں کہ کھجی کو ڈھیر سا راپانی ڈال کر نہ پکائیں کیوں کہ عموماً اس وجہ سے کھجی سخت ہو جاتی ہے۔ دوسرے یہ کہ کھجی میں نمک ہمیشہ آخر میں شامل کریں۔ بھٹی ہوئی کھجی بنانی ہو تو کھجی پر دہی، لہسن اور لال مرچ اور دھنیا لگا کر 15 منٹ کے لئے رکھ دیں۔ تیل گرم کر کے زیرہ بھونیں اور کھجی ڈال کر 15 منٹ تک پکائیں۔ اسے بھونیں پھر ہرا دھنیا، ہری مرچیں اور نمک ملا کر پیش کریں۔

دیگر اقسام کے گوشت کو گلانے کے لئے کچے پیتے سے بہترین کوئی چیز نہیں۔ کچے پیتے کا بیج نکال کر اسے چھلکوں سمیت بلینڈر میں تھوڑے سے پانی کے ساتھ پیس لیں اور برف جمانے والی ٹرے میں جمالیں۔ اسے حسب ضرورت استعمال کریں۔ بصورت دیگر بازار میں دستیاب کچری پاؤڈر بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ خربوزے کے چھلکے نکھا کر پیس کے اس کا سفوف بنا کر بھی محفوظ کیا جاسکتا ہے یہ بھی گوشت گلانے میں معاون ہوتا ہے۔

اگر بقر عید کے موقع پر چھوٹی چھوٹی باتوں کا خیال رکھا جائے تو عید کے موقع پر بغیر کسی افراتفری کے بہتر طریقے سے تمام امور انجام دیئے جاسکتے ہیں۔ ■

www.paksociety.com

بڑی عید پر خوب کھائیں مگر احتیاط سے

عید پر قربانی کا گوشت کھانے کے ساتھ ساتھ تازہ سبزیوں کے سلاڈ لیموں اور دہی کا استعمال مفید ہے

بہت سے لوگ سارا سال عید الاضحیٰ کا بہت بے صبری سے انتظار کرتے ہیں اور کیوں نہ کریں یہ موقع کھانے پینے سے ہی تو وابستہ ہے! اس موقع پر کئی کئی دنوں تک ہونے والی دعوتوں میں مزے مزے کے گوشت کے پکوان بنتے ہیں اور تقریباً ہر گھر میں بارہا کیوں نہ ہو تمام بھی ہوتا ہے۔ طبی ماہرین کہتے ہیں کہ عید الاضحیٰ کے موقع پر چونکہ معمول سے زیادہ گوشت کھایا جاتا ہے لہذا احتیاطی تدابیر اختیار کرنا ضروری ہیں کہیں ایسا نہ ہو کہ زیادہ گوشت کھا کر بیمار پڑ جائیں اور اسپتالوں کے چکر لگانا پڑیں۔ طبی ماہرین کا کہنا ہے کہ عید قربان پر امراض قلب اور ذیابیطس کے مریض کبھی گڑے اور مغز کا استعمال ہرگز نہ کریں کیونکہ ان میں کولیسٹرول کی مقدار عام گوشت کے مقابلے میں بہت زیادہ ہوتی ہے جو ان مریضوں کے لئے نقصان دہ ہو سکتی ہے۔ قربانی کا گوشت تین ہفتوں سے زائد فرج میں نہ رکھیں ورنہ اس میں مختلف اقسام کے جراثیم کی نشوونما شروع ہو جاتی ہے۔ گوشت کو فرج سے نکال کر فوراً نہ پکایا جائے۔ گوشت میں لحمیات موجود ہوتے ہیں جو انسانی صحت کے لئے بھی ضروری ہوتے ہیں لیکن گوشت کے زیادہ استعمال سے خون میں کولیسٹرول کی سطح میں اضافہ ہو جاتا ہے جب کہ بد احتیاطی سے گوشت کھانے سے پیٹ کی بیماریوں کا خدشہ بھی ہوتا ہے۔

عید پر قربانی کے گوشت کے ساتھ تازہ سبزیوں کے سلاڈ لیموں اور دہی کا استعمال مفید ہے۔ ایک فرد کو ایک وقت میں 125 سے زیادہ سٹریخ گوشت استعمال نہیں کرنا چاہئے کیونکہ اس میں کولیسٹرول کی مقدار بہت زیادہ ہوتی ہے۔ چٹ پٹے کھانوں سے تیزابیت میں بھی اضافہ ہوتا ہے۔ دل کے مریض کو بہت کم گوشت کھانا چاہئے ایسے مریضوں کو دالیں اور سبزیاں زیادہ استعمال کرنی چاہئے۔ عید قربان پر بنائے جانے والے بارہا کیوں نہ ہو آدھا کچا آدھا کچا گوشت ہوتا ہے جو صحت کے لئے نقصان دہ ہوتا ہے لہذا بارہا کیوں نہ ہو کھانے بہت اچھی طرح پکا کر استعمال کرنا چاہئے۔ بلند فشار خون والے افراد آؤٹ کا گوشت استعمال کرنے سے اجتناب کریں۔

گوشت کو نقصان دہ یا غیر نقصان دہ سمجھنے کے علاوہ یہ سمجھنا زیادہ اہم ہے کہ غیر متوازن غذا امراض اور متوازن غذا صحت کی علامت ہے۔ عید الاضحیٰ کے موقع پر گوشت کھانے میں بے اعتدالی اور غیر محتاط رویہ اختیار کرنے کے باعث بیماریوں میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ گوشت کے بکثرت استعمال سے بد ہضمی، ڈائریا، پیٹ درد اور بخار جیسی شکایات تو فوری طور پر ظاہر ہو جاتی ہیں لیکن بلند فشار خون، ہڈیوں کا بھڑ بھرا پن، امراض قلب اور سرطان جیسے امراض کافی عرصہ بعد وقوع پذیر ہوتے ہیں۔ زیادہ گوشت کا استعمال دیگر امراض کے ساتھ ساتھ کمیلیم کی کمی کا باعث بنتا ہے۔ کمیلیم کی کمی سے ہڈیاں ہلکی اور بھڑ بھری ہو کر ٹوٹ پھوٹ کا شکار ہو جاتی ہیں۔ گوشت زیادہ کھانے سے وزن بڑھتا ہے اور پیٹ بڑھنے سے پیٹ کے نیچے لبلبے پر دباؤ پڑتا ہے جس کے نتیجے میں انسولین بننے کی رفتار کم ہو کر خدانخواستہ ذیابیطس ہو سکتی ہے۔

گوشت کا اعتدال کے ساتھ استعمال لحمیات کی کمی پوری کرتا ہے اور خون میں سٹریخ خلیے بناتا ہے۔ گوشت کے پکوانوں میں مصالحوں کا استعمال کم سے کم کیا جانا چاہئے۔ یاد رکھیں کہ گوشت ہضم کرنے کے لئے تیزابی مشروبات کا استعمال سخت نقصان دہ ثابت ہوتا ہے۔ ■



MASALA 21 SPECIAL

READING
Section



Malai Seekh Kebabs

Ingredients:

Beef mince	½ kg
Onions	2
Green chillies	10
Mint leaves	15
Fresh coriander	2 tbsp
Malai	3 tbsp
Red chilli powder	1 tsp
Hot spices powder	1 tsp
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Salt	1 tsp
Oil	for frying
Onion (rings)	for garnishing

Method:

- Combine all ingredients in a chopper.
- Shape into long kebabs.
- Heat little oil in a frying pan; fry kebabs golden; remove.
- Smoke with hot coal if desired.
- Garnish with onion; serve.

ملائی سیخ کباب

اجزاء:

½ کلو	گائے کا قیمہ
2 عدد	پیاز
10 عدد	ہری مرچیں
15 عدد	پودینے کے پتے
2 کھانے کے چمچے	ہرا دھنیا
3 کھانے کے چمچے	ملائی
ایک چائے کا چمچ	پسی ہوئی لال مرچ
ایک چائے کا چمچ	پسا ہوا گرم مصالحہ
ایک کھانے کا چمچ	پسا ہوا بسن ادرک
ایک چائے کا چمچ	نمک
تلنے کے لئے	تیل
سجانے کے لئے	پیاز (لہجے)

ترکیب:

چوپر میں تمام اجزاء یکجان کر لیں۔ اس آمیزے کے لمبوترے کباب بنائیں۔
فرائنگ پین میں تھوڑا سا تیل گرم کریں اور کباب سنہری تل کر نکال لیں۔
چاہیں تو کونکے کا دم دے دیں۔ مزیدار سیخ کباب پیاز سے سجا کر پیش کریں۔



Handi

Shami Kebab

Ingredients:

Beef pieces	1/2 kg
Gram lentils (soaked)	1 cup
Dried, round red chillies	8
Black peppercorns	6
Cardamoms	2
Cinnamon	1 piece
Garlic (peeled)	4 cloves
Ginger	1 small piece
Coriander seeds	1 tsp
Cumin seeds	1 tsp
Yogurt	1 tsp
Fresh coriander (chopped)	1 bunch
Mint (chopped)	1 bunch
Green chillies (finely cut)	4
Onion (chopped)	1
Ginger (chopped)	1 piece
Egg whites	2
Cornflour	2 tbsp
Salt	to taste
Oil	for frying
Fresh coriander, Lemon, Onion (rings)	for garnishing

Method:

- Cook all ingredients except egg whites, chopped and cut greens, cornflour and yogurt in a pot till beef is tender.
- When dry, grind finely in a chopper.
- Add remaining ingredients; shape into kebabs.
- Heat oil in a frying pan; fry kebabs golden; dish out.
- Garnish with coriander, lemon and onion; serve.

شامی کباب

اجزاء:

ایک گڈی	ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)	1/2 کلو	گائے کی بوٹیاں
ایک گڈی	پودینہ (چوپ کیا ہوا)	ایک پیالی	چنے کی دال (بھینسی ہوئی)
4 عدد	ہری مرچیں (باریک کٹی ہوئی)	8 عدد	شوخی گول لال مرچیں
ایک عدد	پیاز (چوپ کی ہوئی)	6 عدد	ثابت کالی مرچیں
ایک ٹکڑا	ادرک (چوپ کیا ہوا)	2 عدد	بڑی الائچیاں
2 عدد	انڈے کی سفیدیاں	ایک ٹکڑا	دارچینی
2 کھانے کے چمچے	کارن فلور	4 جوے	لہسن (چھلے ہوئے)
حسب ذائقہ	نمک	ایک چھوٹا ٹکڑا	ادرک
تیل کے لئے	تیل	ایک چائے کا چمچ	ثابت دھنیا
سجانے کے لئے	ہرا دھنیا، لیموں، پیاز (چھلے)	ایک چائے کا چمچ	ثابت سفید زیرہ
		ایک چائے کا چمچ	دہی

ترکیب:

دہی میں علاوہ سفیدیاں، ہرا مصالحہ، کارن فلور اور دہی باقی تمام اجزاء ڈال کر گوشت گھلنے تک پکائیں۔ پانی خشک ہو جائے تو چوپر میں باریک پیس لیں۔ اس میں باقی اجزاء ملا کر نکلیاں بنا لیں۔ فرائننگ پن میں تیل گرم کریں اور کباب سنہری تل کر ڈش میں نکال لیں۔ اسے ہرے دھنئے، لیموں اور پیاز سے سجا کر پیش کریں۔



Karahi Qeema

Ingredients:

Beef mince	1/2 kg
Onions (finely cut)	2
Tomatoes (finely cut)	4
Green chillies	6
Garlic	8 cloves
Dried, round red chillies	8
Curry leaves	a few
Fenugreek seeds	a few
Turmeric powder	1 tsp
Onion seeds	1 tsp
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Butter	1/2 cup
Salt	to taste
Oil	1 cup

Method:

- Heat oil in a wok; fry onions golden.
- Add mince, ginger/garlic, tomatoes and salt; cook till dry.
- Add remaining ingredients except butter; fry.
- Add butter; keep on dum.

کڑا ہی قیمہ

اجزاء:

1/2 کلو	گائے کا قیمہ
2 عدد	پیاز (باریک کٹی ہوئی)
4 عدد	ٹماٹر (باریک کٹے ہوئے)
6 عدد	ہری مرچیں
8 جوے	لہسن
8 عدد	شوکھی گول لال مرچیں
پندرہ عدد	کرھی پتے
پندرہ عدد	میتھی دانے
ایک چائے کا چمچ	پسی ہوئی بلدی
ایک چائے کا چمچ	کلونجی
ایک کھانے کا چمچ	پسا ہوا لہسن اور ک
1/2 پیالی	کھن
حسب ذائقہ	نمک
ایک پیالی	تیل

ترکیب:

کڑا ہی میں تیل گرم کر کے پیاز سنہری کر لیں۔ اس میں قیمہ اور ک لہسن، ٹماٹر اور نمک ڈال کر پانی خشک ہونے تک پکائیں۔ اس میں علاوہ کھن باقی اجزاء ڈال کر بجھائیں، پھر کھن ڈال کر دم پر رکھ دیں۔



Tikka Curry

Ingredients:

Undercut (cut into pieces)	1 kg
Yogurt (whipped)	1 cup
White vinegar	½ cup
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Tikka masala (packaged)	2 tbsp
Red chillies (crushed)	1 tsp
Black pepper (crushed)	1 tsp
Lemon juice	4 tbsp
Onions (finely cut)	4
Salt	to taste
Oil	1 cup
Fresh coriander, Green chillies (finely cut)	for garnishing

Method:

- Marinate undercut with ginger/garlic, vinegar and salt; set aside for 1 hour.
- Heat ½ oil in a pot; fry onions; remove on absorbent paper.
- Cook undercut in a frying pan till dry.
- Add yogurt, red chillies, pepper, tikka masala and lemon juice; cook till tender. Remove from flame.
- Heat remaining oil in a separate frying pan; pour over undercut; cover with lid immediately.
- Remove in a bowl; garnish with coriander, fried onions and green chillies; serve.

تکے کا سالن

اجزاء:

ایک کلو	انڈر کٹ (بوٹیاں)
ایک پیالی	دہی (پھینٹی ہوئی)
½ پیالی	سفید سرکہ
ایک کھانے کا چمچ	پسا ہوا ہسن اور رک
2 کھانے کے چمچے	تکتہ مصالحہ (پکٹ والا)
ایک چائے کا چمچ	کٹی ہوئی لال مرچ
ایک چائے کا چمچ	کٹی ہوئی کالی مرچ
4 کھانے کے چمچے	لیموں کا رس
4 عدد	پیاز (باریک کٹی ہوئی)
حسب ذائقہ	نمک
ایک پیالی	تیل
سجانے کے لئے	ہر ادھنیا ہری مرچیں (باریک کٹی ہوئی)

ترکیب:

انڈر کٹ میں لہسن اور رک، سرکہ اور نمک ملا کر ایک گھنٹے کے لئے رکھ دیں۔ دہی میں ½ تیل گرم کر کے پیاز تلیں۔ اسے جاذب کاغذ پر نکال لیں۔ بوٹیوں کو فرائننگ بین میں پانی خشک ہونے تک پکائیں، اس میں دہی، لال مرچ، کالی مرچ، تکتہ مصالحہ اور لیموں کا رس ملا کر انڈر کٹ گلنے تک پکائیں۔ علیحدہ فرائننگ بین میں باقی تیل گرم کر کے انڈر کٹ میں ڈالیں اور ڈھکن ڈھانک دیں۔ اسے پیالے میں نکالیں اور ہری مرچوں، تلی ہوئی پیاز اور ہرے دھنئے سے سجا کر پیش کریں۔



Handi



White Karahi

Ingredients:

Mutton pieces	½ kg
Yogurt (whipped)	1 cup
Green chillies (finely cut)	4
Almonds (boiled and ground)	12
Milk (fresh)	½ cup
Fresh cream	½ cup
White pepper powder	1 tsp
Ginger paste	1 tbsp
Poppy seeds (soaked and ground)	2 tbsp
Salt	to taste
Oil	1 cup

Method:

- Cook mutton, ginger and salt in a wok till dry.
- Add poppy seeds, oil, almonds, yogurt, green chillies and white pepper; fry lightly.
- When oil separates, add milk and cream; fry; keep on dum.

سفید کڑاہی

اجزاء:

½ کلو	بکرے کا گوشت
ایک پیالی	دہی (پھینٹی ہوئی)
4 عدد	ہری مرچیں (باریک کٹی)
12 عدد	بادام (اُبلے اور پسے ہوئے)
½ پیالی	تازہ دودھ
½ پیالی	تازہ کریم
ایک چائے کا چمچ	پسی ہوئی سفید مرچ
ایک کھانے کا چمچ	پسی ہوئی ادراک
2 کھانے کے چمچے	خشخاش (بھیگا کر پیس لیں)
حسب ذائقہ	نمک
ایک پیالی	تیل

ترکیب:

کڑاہی میں گوشت، ادراک اور نمک ڈال کر پانی خشک ہونے تک پکائیں۔ اس میں خشخاش، تیل، بادام، دہی، ہری مرچیں اور سفید مرچ ملا کر ہلکا سا بھونیں، تیل اوپر آنے لگے تو دودھ اور کریم ملا کر بھونیں اور دم پر رکھ دیں۔



Rabri Kheer

Ingredients:

Rice (ground)	1 cup
Milk (fresh)	1 litre
Sugar	1 cup
Cardamom powder	1/2 tsp
Screwpine	3 drops
Rabri	250 grams
Dry fruits Compote, Almonds, Pistachios (finely cut)	1 cup for garnishing

Method:

- Heat milk in a pot; add sugar; cook till sugar dissolves.
- Add rice; cook on low flame till tender.
- Add cardamom and dry fruits; cook till thick; dish out.
- Add rabri and screwpine; garnish with compote, almonds and pistachios.

ربڑی کھیر

اجزاء:

ایک پیالی	چاول (پسے ہوئے)
ایک لیٹر	تازہ دودھ
ایک پیالی	چینی
1/2 چائے کا چمچ	پسی ہوئی الائچی
3 قطرے	کیوڑہ
250 گرام	ربڑی
ایک پیالی	خشک میوے
	مرتبہ بادام پستے (باریک کٹے ہوئے) سجانے کے لئے

ترکیب:

دیکھی میں دودھ گرم کریں اس میں چینی ڈالیں اور چینی حل ہونے تک پکائیں اس میں چاول ڈالیں اور ہلکی آگ پر چاول گلنے تک پکائیں۔ اس میں الائچی اور میوے ملا کر گاڑھا ہونے تک پکا کر ڈش میں نکال لیں۔ اس میں ربڑی اور کیوڑہ ملا کر مرتبہ بادام پستے سے سجا دیں۔



dawat
دعوت



Garlic Roasted Beef

Ingredients:

Undercut (whole)	2 kg
Lemon juice	1/4 cup
White vinegar	1 cup
Garlic	15 cloves
Black pepper (crushed)	2 tsp
Butter	3 tbsp
Lahori salt	to taste
Lettuce leaves	for decoration

Method:

- Pierce holes in undercut with a knife; stuff a clove of garlic in each hole.
- Mix all ingredients except butter in a bowl; marinate undercut with it; refrigerate at least overnight.
- Steam undercut in a steamer for 30 minutes; place on an oven tray and apply butter on it.
- Bake in a pre-heated oven at 200° C for 15 minutes; dish out.
- Decorate dish with lettuce; cut undercut into thin slices; serve.

گارلک روسٹڈ بیف

اجزاء:

2 کلو	ثابت انڈرکٹ
1/4 پیالی	لیموں کا رس
ایک پیالی	سفید سرکہ
15 جوے	لہسن
2 چائے کے چمچے	کٹی ہوئی کالی مرچ
3 کھانے کے چمچے	مکھن
حسب ذائقہ	لاہوری نمک
سجانے کے لئے	سلاڈ پتے

ترکیب:

انڈرکٹ پر چھری کی مدد سے سوراخ کریں، ہر سوراخ میں لہسن کا ایک، ایک جو ڈال دیں۔ علاوہ مکھن باقی اجزاء ایک پیالے میں ملائیں اور انڈرکٹ پر لگا کر کم از کم ایک رات کے لئے فریج میں رکھ دیں۔ اسے پہلے اسٹیم میں 30 منٹ تک اسٹیم کریں پھر اوون کی ٹرے پر رکھیں اور مکھن لگا دیں۔ اسے پہلے سے گرم اوون میں 200°C پر 15 منٹ تک پکا کر ڈش میں نکالیں، ڈش کو سلاڈ پتوں سے سجادیں اور انڈرکٹ کے پتلے پتلے ٹکڑے کاٹ کر پیش کریں۔



Khyber Dum Gosht

Ingredients:

Mutton pieces (big)	700 grams
Potatoes (thick wedges)	½ cup
Animal fat	250 grams
Onions (chopped)	2
Garlic (chopped)	2 tbsp
Black pepper (crushed)	1 tsp
Turmeric powder	1 tbsp
Cinnamon	5 sticks
Butter	½ cup
Whole-wheat dough	400 grams
Water	1 cup
Salt	to taste
Oil	5 tbsp
Fresh coriander (finely cut)	for sprinkling

Method:

- Fry mutton with oil, onions, garlic, pepper, turmeric, cinnamon and salt in a pot.
- Layer a wide-necked pot with butter, potatoes and fat; add mutton and water on top.
- Seal the lid on the pot with dough.
- Cook on low flame till tender; dish out.
- Sprinkle coriander on top; serve.

خیبر دم گوشت

اجزاء:

بکرے کی بوٹیاں (بڑی)	700 گرام
آلو (موٹے قتلے)	½ پیالی
چربی	250 گرام
پیاز (چوپ کی ہوئی)	2 عدد
لہسن (چوپ کئے ہوئے)	2 کھانے کے چمچے
کٹی ہوئی کالی مرچ	ایک چائے کا چمچ
پسی ہوئی ہلدی	ایک کھانے کا چمچ
دارچینی	5 ڈنڈیاں
مکھن	½ پیالی
آٹا (گوندھا ہوا)	400 گرام
پانی	ایک پیالی
نمک	حسب ذائقہ
تیل	5 کھانے کے چمچے
ہرا دھنیا (باریک کٹا ہوا)	چھڑکنے کے لئے

ترکیب:

دہی میں تیل، گوشت، پیاز، لہسن، کالی مرچ، ہلدی، دارچینی اور نمک ڈال کر بھونیں۔ کھلے منہ کی دہی میں مکھن، آلو اور چربی بچھائیں، اس کے اوپر گوشت اور پانی ڈالیں۔ ڈھکن کو آٹے کی مدد سے بند کر دیں۔ اسے ہلکی آنج پر گوشت گلنے تک پکا کر ڈش میں نکال لیں اور ہرا دھنیا چھڑک کر پیش کریں۔



Mutton with Onions and Olives

Ingredients:

Mutton pieces	1/2 kg
Onions (finely cut)	4
Yogurt	250 grams
Green chillies (chopped)	10
Ginger/garlic (chopped)	2 tbsp
Nutmeg and mace	1/2 tsp
Cloves	3
Cardamoms	4
Cinnamon	4 sticks
Bay leaves	3
Dried, round red chillies	10
Black peppercorns	1 tsp
Green olives	1/2 cup
Water	1 cup
Salt	to taste
Oil	1/4 cup

Method:

- Fry cinnamon, cloves, nutmeg and mace, cardamoms, red chillies, bay leaves and peppercorns in oil in a pot.
- Add mutton, ginger/garlic and yogurt; cook for 5 minutes.
- Add water; cook till tender.
- Add onion, green chillies, olives and salt; cook till oil separates; serve hot.

پیاز اور زیتون والا گوشت

اجزاء:

بکرے کا گوشت	1/2 کلو
پیاز (باریک کٹی ہوئی)	4 عدد
دہی	250 گرام
ہری مرچیں (چوپ کی ہوئی)	10 عدد
لہسن ادراک (چوپ کیا ہوا)	2 کھانے کے چمچے
جانفل جاوتری	1/2 چائے کا چمچ
لوتکس	3 عدد
بڑی الائچیاں	4 عدد
دارچینی	4 ڈنڈیاں
تیج پتے	3 عدد
سوکھی گول لال مرچیں	10 عدد
ثابت کالی مرچیں	ایک چائے کا چمچ
ہرے زیتون	1/2 پیالی
پانی	ایک پیالی
نمک	حسب ذائقہ
تیل	1/4 پیالی

ترکیب:

دیگی میں تیل، دارچینی، جانفل جاوتری، لوتکس، بڑی الائچیاں، لال مرچیں، تیج پتے اور کالی مرچیں ڈال کر بھونیں۔ اس میں گوشت، لہسن ادراک اور دہی ڈال کر 5 منٹ تک پکائیں، پھر پانی ڈال کر گوشت گلنے تک پکائیں۔ اس میں پیاز، ہری مرچیں، زیتون اور نمک ملا کر تیل علیحدہ ہونے تک پکائیں اور گرم پیش کریں۔

READING
Section



12 Masala Beef

Ingredients:

Beef (with bone)	1/2 kg
Garlic paste	1 tbsp
Tomatoes (chopped)	4
Tamarind pulp	1/2 cup
Mustard seeds	1/2 tsp
Green chillies (whole)	5
*Twelve masalas (ground)	3 tbsp
Water	1 cup
Salt	to taste
Oil	3 tbsp
Fresh coriander	for garnishing

Method:

- Heat oil in a pot; fry garlic and mustard seeds.
- Add beef; fry till colour changes; add tomatoes.
- When tomatoes have softened add 12 masalas and salt.
- Add water; cook till beef is tender; add green chillies and tamarind; dish out.
- Garnish with coriander; serve.

- * Fry 4 tbsp desiccated coconut, 1 tsp coriander seeds, 1 onion, 4 cloves garlic, 1-inch piece ginger, 6 dried, round red chillies, 1 tsp black peppercorns, 1 tsp turmeric, 4 curry leaves, 1/2 tsp cumin seeds, 1/2 tsp fenugreek seeds and 1/2 tsp carom seeds in a frying pan and grind in a chopper.

بارہ مصالحہ گوشت

اجزاء:

1/2 کلو	گائے کا گوشت (ہڈی والا)
ایک کھانے کا چمچ	پسا ہوا لہسن
4 عدد	ٹماٹر (چوپ کئے ہوئے)
1/2 پیالی	املی کا گودا
1/2 چائے کا چمچ	رائی دانے
5 عدد	ثابت ہری مرچیں
3 کھانے کے چمچے	☆ پے ہوئے 12 مصالحے
ایک پیالی	پانی
حسب ذائقہ	نمک
3 کھانے کے چمچے	تیل
سجانے کے لئے	برادھنیا

ترکیب:

دبئی میں تیل گرم کر کے رائی دانے اور لہسن بھونیں۔ اس میں گوشت ڈال کر رنگ تبدیل ہونے تک بھون کر ٹماٹر ملائیں۔ ٹماٹر گل جائے تو 12 مصالحے اور نمک ملا دیں۔ پانی ڈال کر گوشت گلنے تک پکائیں اس میں ہری مرچیں اور املی کا گودا ڈال کر ڈش میں نکال لیں۔ مزیدار 12 مصالحہ ہرے دھننے سے سجا کر پیش کریں۔

* 4 کھانے کے چمچے پسا ہوا ناریل، ایک چائے کا چمچ ثابت دھنیا، ایک پیاز، 4 جوئے لہسن، ایک انچ کا کلزا اور 6 سوکھی گول لال مرچیں، ایک چائے کا چمچ ثابت کالی مرچیں، ایک چائے کا چمچ ہلدی، 4 کڑھی پتے، 1/2، 1/2 چائے کا چمچ ثابت سفید زیرہ، میتھی دانے اور اجوائن کو ذرا سنگ پیوں میں بھون کر پیش لیں۔



dawat
دعوت



Kibbeh Akras

Ingredients:

Beef mince	1/2 kg
Onion (chopped)	1
Garlic (chopped)	5 cloves
Corn	1 cup
Black pepper (crushed)	1/2 tsp
Red chillies (crushed)	1 tbsp
Egg	1
Breadcrumbs	5 tbsp
All spice powder	1 tsp
Salt	to taste
Olive oil	2 tsp
Oil	for frying
Tomato, Raddish, Cucumber	for decoration
Chilli garlic sauce	as accompaniment

Method:

- Heat oil in a pot; fry onion golden.
- Fry 3/4 mince in it; add corn, pepper, all spice, red chillies and salt; cook till dry.
- Combine remaining mince, garlic, egg, breadcrumbs, olive oil and salt in a chopper.
- Rub with oil on palm; spread little chopped mince on it and place cooked mince inside; shape into kibbeh; repeat process using remaining mince.
- Heat oil in a frying pan; fry kibbeh golden on low flame.
- Decorate a serving dish with tomato, raddish and cucumber; place kibbeh on it; serve with chilli garlic sauce.

کیبہ اکراس

اجزاء:

گائے کا قیمہ	1/2 کلو
پیاز (چوپ کی ہوئی)	ایک عدد
لہسن (چوپ کئے ہوئے)	5 جوے
بھننے	ایک پیالی
کٹی ہوئی کالی مرچ	1/2 چائے کا چمچ
کٹی ہوئی لال مرچ	ایک کھانے کا چمچ
انڈہ	ایک عدد
ڈبل روٹی کا چوڑہ	5 کھانے کے چمچے
آل اسپاؤس پاؤڈر	ایک چائے کا چمچ
تمک	حسب ذائقہ
زیتون کا تیل	2 چائے کے چمچے
تیل	تلنے کے لئے
ٹماٹر، مولیٰ، کھیرے	سجانے کے لئے
چلی گارلک ساس	بمراہ پیش کرنے کے لئے

ترکیب:

دبھی میں تیل گرم کر کے پیاز سنہری کریں۔ اس میں 3/4 قیمہ بھونیں، پھر بھننے، کالی مرچ، آل اسپاؤس پاؤڈر، لال مرچ اور تمک ملا کر پانی خشک ہونے تک پکائیں۔ چوپ میں باقی قیمہ، لہسن، انڈہ، ڈبل روٹی کا چوڑہ، زیتون کا تیل اور تمک یکجان کر لیں۔ تھیلی کو چکنا کر کے تھوڑا سا چوپ کیا ہوا آمیزہ رکھیں اس کے درمیان میں تھوڑا سا پکا ہوا قیمہ بھر کر کیبہ بنا لیں، اس عمل کو دہراتے ہوئے باقی آمیزے کے بھی کیبہ تیار کر لیں۔ فرائنگ پن میں تیل گرم کریں انہیں بلکی آج پر سنہری تل لیں۔ ڈش کو ٹماٹر، مولیٰ اور کھیرے سے سجا کر کیبہ اس پر رکھیں، اسے چلی گارلک ساس کے ہمراہ پیش کریں۔



Brain Kebabs

Ingredients:

Beef mince (ground finely)	300 grams
Beef brain	2
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Black pepper (crushed)	1/2 tsp
Red chillies (crushed)	1 tbsp
Coriander seeds (crushed)	1/2 tsp
Cumin seeds (crushed)	1/2 tsp
Turmeric powder	1 tsp
Hot spices powder	1/2 tsp
Fresh coriander (chopped)	1/2 bunch
Green chillies (chopped)	4
Eggs (beaten)	2
Breadcrumbs	1/2 cup
Salt	to taste
Oil	for frying
Lettuce leaves, Tomato, Lemon (slices)	for decorating

Method:

- Bring mince to boil; clean brain; cut into small pieces.
- Mix all ingredients except egg and breadcrumbs in a bowl; shape into kebabs.
- Coat kebabs first with eggs, then with breadcrumbs.
- Heat oil in a frying pan; fry kebabs golden from both sides.
- Decorate a dish with lettuce, tomato and lemon; place kebabs on it; serve.

مغز کباب

اجزاء:

300 گرام	گائے کا قیمہ (باریک پسا ہوا)
2 عدد	گائے کا مغز
ایک کھانے کا چمچ	پسا ہوا لہسن اور ک
1/2 چائے کا چمچ	کٹی ہوئی کالی مرچ
ایک کھانے کا چمچ	کٹی ہوئی لال مرچ
1/2 چائے کا چمچ	کٹنا ہوا ثابت دھنیا
1/2 چائے کا چمچ	کٹنا ہوا سفید زیرہ
ایک چائے کا چمچ	پسی ہوئی ہلدی
1/2 چائے کا چمچ	پسا ہوا گرم مصالحہ
1/2 گڈی	ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)
4 عدد	ہری مرچیں (چوپ کی ہوئی)
2 عدد	انڈے (پھینٹے ہوئے)
1/2 پیالی	ڈبل روٹی کا چورہ
حسب ذائقہ	نمک
تلنے کے لئے	تیل
سجانے کے لئے	سلاد پتے، ٹماٹر، لیموں (قتلے)

ترکیب:

قیمے کو اُبال لیں، مغز صاف کر کے چھوٹے ٹکڑے کر لیں۔ ایک پیالے میں علاوہ انڈے اور ڈبل روٹی کا چورہ باقی اجزاء ملا کر نکلیاں بنا لیں۔ انہیں پہلے انڈے پھر ڈبل روٹی کے چورے میں لپیٹ لیں۔ فرائنگ پین میں تیل گرم کریں اور کباب دونوں جانب سے سنہری تل لیں۔ ڈش کو سلاد پتے، ٹماٹر اور لیموں سے سجائیں اس پر کباب رکھ کر پیش کریں۔



فوائلی چانپیس

اجزاء:

بکرے کی چانپیس	1/2 کلو
کٹی ہوئی کالی مرچ	2 چائے کے چمچے
پسا ہوا گرم مصالحہ	1/2 چائے کا چمچ
پسا ہوا لہسن اور ک	ایک چائے کا چمچ
ہری مرچیں (پسی ہوئی)	ایک چائے کا چمچ
سفید سرکہ	2 کھانے کے چمچے
گاجر (چوکور کٹی اور ابلی ہوئی)	ایک عدد
آلو (چوکور کٹا اور ابلا ہوا)	ایک عدد
مٹر (اُبلے ہوئے)	1/2 پیالی
دہی (بھینٹی ہوئی)	4 کھانے کے چمچے
چاٹ مصالحہ	1/2 چائے کا چمچ
نمائو کچپ	2 کھانے کے چمچے
پانی	ایک پیالی
نمک	1/2 چائے کا چمچ
تیل	2 کھانے کے چمچے

ترکیب:

چانپوں پر 1/2 کالی مرچ، گرم مصالحہ، لہسن اور ک، ہری مرچیں، سرکہ اور نمک ملا کر 1/2 گھنٹے کے لئے رکھ دیں۔ دہی میں تیل گرم کر کے چانپیں اور پانی ڈالیں اور چانپیں گلنے تک پکائیں۔ دہی میں چاٹ مصالحہ باقی کالی مرچ اور نمک ملا لیں۔ المونیم فوائل کے چوکور ٹکڑے کاٹ لیں، ان پر تھوڑا تھوڑا دہی کا آمیزہ بنزیاں اور ایک چانپ رکھ کر لپٹیں۔ انہیں اسٹیم کریں یا پھر پہلے سے گرم اوون میں 200°C پر 15 منٹ تک پکا کر نکال لیں۔

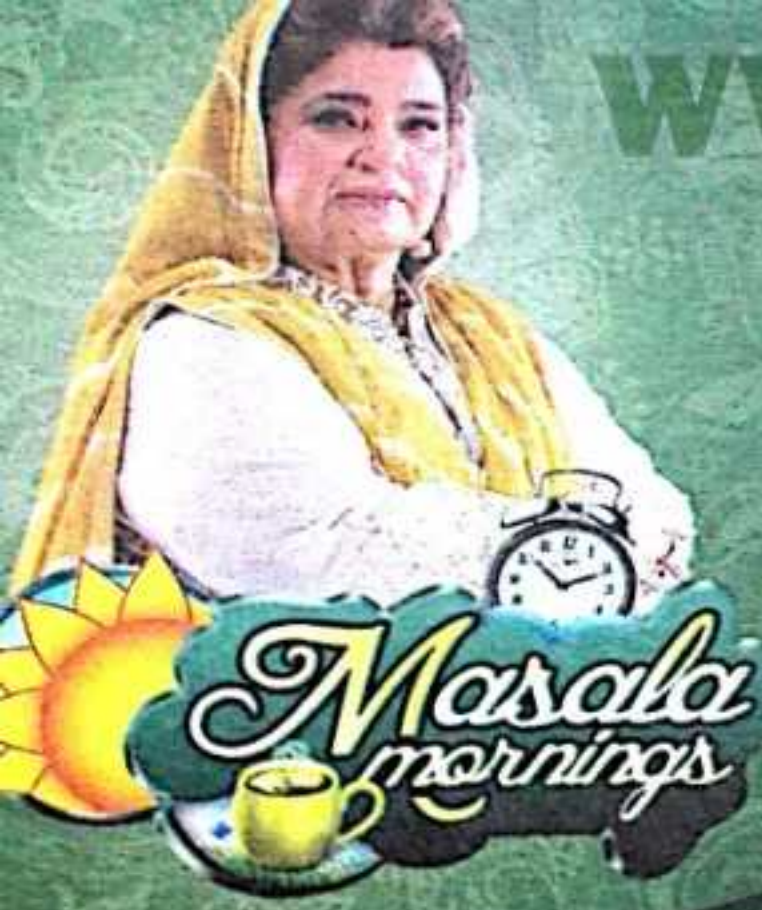
Foil chops

Ingredients:

Mutton chops	1/2 kg
Black pepper (crushed)	2 tsp
Hot spices powder	1/2 tsp
Ginger/garlic paste	1 tsp
Green chilli paste	1 tsp
White vinegar	2 tbsp
Carrot (cubed and boiled)	1
Potato (cubed and boiled)	1
Peas (boiled)	1/2 cup
Yogurt (whipped)	4 tbsp
Chaat masala	1/2 tsp
Tomato ketchup	2 tbsp
Water	1 cup
Salt	1/2 tsp
Oil	2 tbsp

Method:

- Marinate chops with 1/2 pepper, hot spices, ginger/garlic paste, green chillies, vinegar and salt; set aside for 1/2 hour.
- Heat oil in pot; add water and chops; cook till tender.
- Mix chaat masala, remaining pepper and salt in yogurt.
- Cut aluminum foil into square pieces; put little yogurt, mixed vegetables and 1 chop on each piece; fold over.
- Steam chops or bake them in a pre-heated oven at 200°C for 15 minutes



Darbari Mutton

Ingredients:

Mutton	1/2 kg
Onion (finely cut)	1 cup
Kashmiri red chillies (ground)	6
Hot spices powder	1 tsp
White sesame seeds	1 tbsp
Poppy seeds (ground)	1 tbsp
Cashews (ground)	8
Green chillies (finely cut)	4
Fresh coriander (chopped)	2 tbsp
Tomato puree	2 tbsp
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Yogurt	1 cup
Whole dried milk	1/2 cup
Water	1 cup
Salt	1 tsp
Clarified butter	1 cup
Spring onion, Cucumber	for garnishing

Method:

- Heat clarified butter in a pot; fry onions golden.
- Add red chillies, ginger/garlic, tomato puree, hot spices and salt; fry.
- Add sesame seeds, poppy seeds, water and mutton; cook till meat is tender.
- Add cashews, dried milk, yogurt, coriander and green chillies; keep on dum.
- Garnish with spring onion and cucumber; serve.

در باری گوشت

اجزاء:

بکرے کا گوشت	1/2 کلو
پیاز (باریک کٹی ہوئی)	ایک پیالی
کشمیری لال مرچ (پسی ہوئی)	6 عدد
پسا ہوا گرم مصالحہ	ایک چائے کا چمچ
سفید تل	ایک کھانے کا چمچ
خشخاش (پسی ہوئی)	ایک کھانے کا چمچ
کاجو (پسے ہوئے)	8 عدد
ہری مرچیں (باریک کٹی ہوئی)	4 عدد
ہرا دھنیا (چوپ کئے ہوئے)	2 کھانے کے چمچے
ٹماٹو پیوری	2 کھانے کے چمچے
پسا ہوا لہسن اور رک	ایک کھانے کا چمچ
دہی	ایک پیالی
کھویا	1/2 پیالی
پانی	ایک پیالی
نمک	ایک چائے کا چمچ
گھی	ایک پیالی
ہری پیاز کھیرا	سجانے کے لئے

ترکیب:

دہی میں گھی گرم کر کے پیاز سنہری کریں۔ اس میں لال مرچیں، لہسن اور رک، ٹماٹو پیوری، گرم مصالحہ اور نمک ملا کر بھونیں، پھر تل، خشخاش، پانی اور گوشت ڈال کر گوشت گلنے تک پکائیں۔ اس میں کاجو، کھویا، دہی، ہرا دھنیا اور ہری مرچیں ملا کر دم پر رکھ دیں۔ مزید در باری گوشت ہری پیاز اور کھیرے سے سجا کر پیش کریں۔



Thai Green Handi

Ingredients:

Chicken pieces (boneless)	1/2 kg
Ginger/garlic paste	1 tsp
Yoghurt (whipped)	1/2 cup
Fresh cream	300 grams + for garnishing
Thai green curry paste	3 tbsp
Hot spices powder	1/2 tsp
Curry leaves	15
Onion (boiled and blended)	1
Butter	56 grams
Water	1/2 cup
Salt	1/2 tsp
Oil	1/4 cup

Method:

- Heat oil in a pot; fry onion, ginger/garlic and green curry paste till light golden.
- Add chicken, hot spices, curry leaves, water and salt; cook till tender.
- Add yoghurt and cream; fry; add butter; dish out.
- Garnish with cream; serve.

تھائی گرین ہانڈی

اجزاء:

مرغی کی بوئیاں (بغیر ہڈی)	1/2 کلو
پسا ہوا لہسن اور دک	ایک چائے کا چمچ
دہی (پھینٹی ہوئی)	1/2 پیالی
تازہ کریم	300 گرام + سجانے کے لئے
تھائی گرین کری پیسٹ	3 کھانے کے چمچے
پسا ہوا گرم مصالحہ	1/2 چائے کا چمچ
کرہمی پتے	15 عدد
پیاز (اُبلے اور پسی ہوئی)	ایک عدد
مکھن	56 گرام
پانی	1/2 پیالی
نمک	1/2 چائے کا چمچ
تیل	1/4 پیالی

ترکیب:

دہی میں تیل گرم کر کے پیاز، لہسن اور دک اور تھائی گرین کری پیسٹ ہلکا سنہری رنگ آنے تک بھونیں۔ اس میں مرغی، گرم مصالحہ، کرہمی پتے، پانی اور نمک ڈال کر گوشت گلنے تک پکائیں۔ اس میں دہی اور کریم ڈال کر بھونیں، مکھن ملائیں۔ اسے ڈش میں نکالیں اور کریم سے سجادیں۔

پاک سوسائٹی ڈاٹ کام کی پیشکش

یہ شمارہ پاک سوسائٹی ڈاٹ کام نے پیش کیا ہے

ہم خاص کیوں ہیں :-

- ✦ ہائی کوالٹی پی ڈی ایف فائلز
- ✦ ہر ای بک آن لائن پڑھنے کی سہولت
- ✦ ماہانہ ڈائجسٹ کی تین مختلف سائزوں میں اپلوڈنگ
- ✦ سپریم کوالٹی، نارمل کوالٹی، کمپریسڈ کوالٹی
- ✦ عمران سیریز از مظہر کلیم اور ابن صفی کی مکمل ریچ
- ✦ ایڈ فری لنکس، لنکس کو میسجے کمانے کے لئے شرٹک نہیں کیا جاتا
- ✦ ہر ای بک کا ڈائریکٹ اور ریڈیو م ایبل لنک
- ✦ ڈاؤنلوڈنگ سے پہلے ای بک کا پرنٹ پر یو ہر پوسٹ کے ساتھ
- ✦ پہلے سے موجود مواد کی چیکنگ اور اچھے پرنٹ کے ساتھ تبدیلی
- ✦ مشہور مصنفین کی کتب کی مکمل ریچ
- ✦ ہر کتاب کا الگ سیکشن
- ✦ ویب سائٹ کی آسان براؤزنگ
- ✦ سائٹ پر کوئی بھی لنک ڈیڈ نہیں

We Are Anti Waiting WebSite

واحد ویب سائٹ جہاں ہر کتاب ٹورنٹ سے بھی ڈاؤنلوڈ کی جاسکتی ہے

↳ ڈاؤنلوڈنگ کے بعد پوسٹ پر تبصرہ ضرور کریں

↳ ڈاؤنلوڈنگ کے لئے کہیں اور جانے کی ضرورت نہیں ہماری سائٹ پر آئیں اور ایک کلک سے کتاب

ڈاؤنلوڈ کریں

اپنے دوست احباب کو ویب سائٹ کا لنک دیکر متعارف کرائیں

WWW.PAKSOCIETY.COM

Online Library for Pakistan



Like us on
Facebook

fb.com/paksociety



twitter.com/paksociety1



Rajastani Mutton

Ingredients:

Mutton pieces	1/2 kg
Onions (finely cut)	2
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Coriander powder	1 tsp
Cumin powder	1/2 tsp
Red chilli powder	1 1/2 tsp
Yogurt (whipped)	1 cup
Turmeric powder	1/4 tsp
Hot spices powder	1/2 tsp
Water	1 cup
Salt	1 tsp
Oil	1/4 cup
Fresh coriander, Green chillies (finely cut)	for garnishing

Method:

- Heat oil in pot; fry mutton with onions, ginger/garlic, coriander, cumin, red chillies, turmeric and salt.
- Add water; cook till tender.
- Add yogurt; fry; add hot spices; cook for a few minutes.
- Garnish with coriander and green chillies; serve.

راجستھانی گوشت

اجزاء:

1/2 کلو	بکرے کا گوشت
2 عدد	پیاز (باریک کٹی ہوئی)
ایک کھانے کا چمچ	پسا ہوا لہسن اور رگ
ایک چائے کا چمچ	پسا ہوا دھنیا
1/2 چائے کا چمچ	پسا ہوا سفید زیرہ
1 1/2 چائے کے چمچے	پسی ہوئی لال مرچ
ایک پیالی	دہی (پھینٹی ہوئی)
1/4 چائے کا چمچ	پسی ہوئی بلدی
1/2 چائے کا چمچ	پسا ہوا گرم مصالحہ
ایک پیالی	پانی
ایک چائے کا چمچ	نمک
1/4 پیالی	تیل
	ہرا دھنیا
	ہری مرچیں (باریک کٹی ہوئی) سجانے کے لئے

ترکیب:

دیکھی میں تیل گرم کریں، اس میں گوشت، پیاز، لہسن اور رگ، دھنیا، زیرہ، لال مرچ، بلدی اور نمک بھونیں، پھر پانی ڈال کر گوشت گلنے تک پکائیں۔ اس میں دہی ملا کر بھونیں، پھر گرم مصالحہ ملا کر تھوڑی دیر تک پکائیں۔ مزیدار گوشت ہرے دھنئے اور ہری مرچوں سے سجا کر پیش کریں۔

CANOLIVE®

Premium Cooking Oil

صحبت پر اب
NO سمجھوتہ

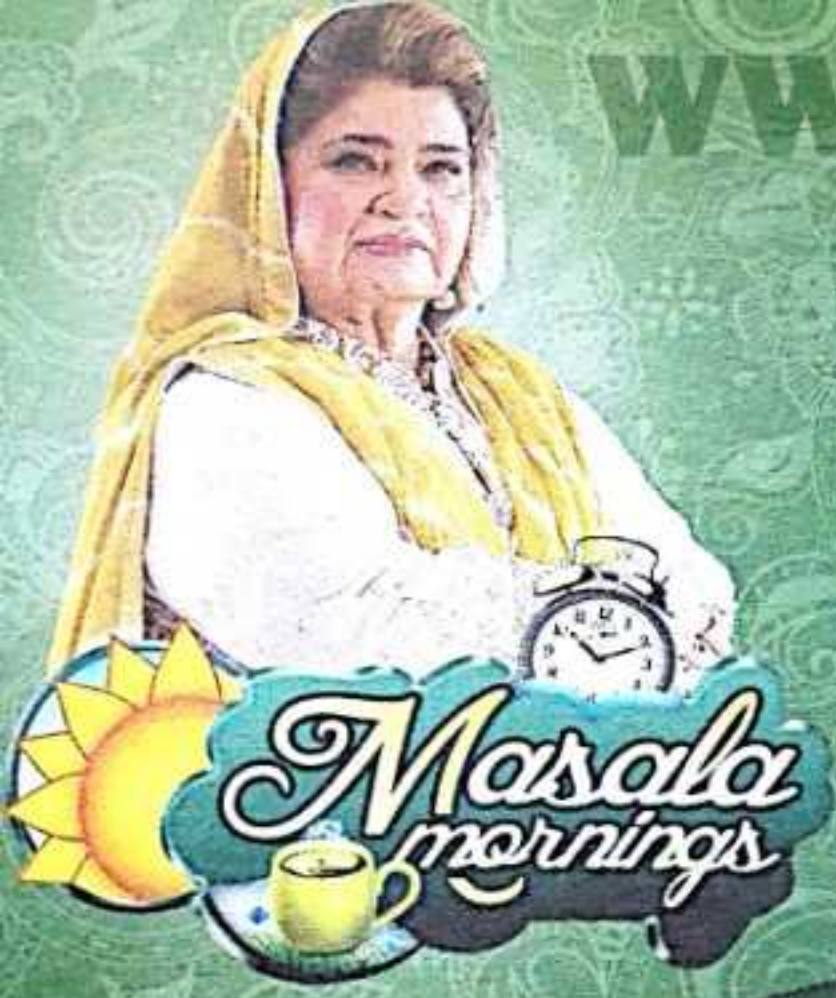
CanOlive سے صرف آج

CanOlive میں وہ سب کچھ ہے جو رکھے آپ کی صحت برقرار،
جیسے زیتون، کینولا اور سن فلاور کی خوبیاں ایک ساتھ!

- ✓ Low saturated fats and 100% cholesterol free
- ✓ Vitamins A, D & E
- ✓ With $\Omega 3$ & $\Omega 6$

Recommended by Pakistan National Heart Association

READING
Section



Honey and Saffron Chops

Ingredients:

Mutton chops	1 kg
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Black pepper (crushed)	1 tsp
Black pepper powder	1/2 tsp
Red chillies (crushed)	1 tsp
Yogurt	4 tbsp
Lemon juice	2 tbsp
Cumin seeds	1 tsp
Water	1 1/2 cup
Salt	to taste
Oil	1/4 cup

Ingredients for sauce:

Honey	3 tbsp
Saffron	1 pinch
White vinegar	3 tbsp
Black pepper powder	1 tsp
Mint leaves	1 tbsp
Oil	1/4 cup
French fries	as accompaniment

Method:

- Marinate chops with ginger/garlic, crushed and powdered pepper, red chillies, lemon juice, yogurt, cumin and salt; set aside for 1/2 hour.
- Cook chops with water till tender.
- In separate pot heat oil and fry chops for 5 minutes; smoke with hot coal if desired.
- Cook sauce ingredients in a saucepan for 5 minutes; pour over chops; dish out.
- Serve with french fries.

شہد اور زعفران والی چانپیس

اجزاء:

سب سے پہلے اجزاء:	بکرے کی چانپیس ایک کلو
شہد 3 کھانے کے چمچے	پسا ہوا لہسن اور کھانے کا چمچ
زعفران ایک چمچی	گٹی ہوئی کالی مرچ ایک چائے کا چمچ
سفید سرکہ 3 کھانے کے چمچے	پسی ہوئی کالی مرچ 1/2 چائے کا چمچ
پسی ہوئی کالی مرچ ایک چائے کا چمچ	گٹی ہوئی لال مرچ ایک چائے کا چمچ
پودینے کے پتے ایک کھانے کے چمچے	دہی 4 کھانے کے چمچے
تیل 1/4 پیالی	لیموں کا رس 2 کھانے کے چمچے
ہمراہ پیش کرنے کے لئے فرنیچ فرائز	ثابت سفید زیرہ ایک چائے کا چمچ
	پانی 1 1/2 پیالی
	نمک حسب ذائقہ
	تیل 1/4 پیالی

ترکیب:

چانپیس پر لہسن اور کھانے کا چمچ، گٹی اور پسی ہوئی کالی مرچ، لال مرچ، لیموں کا رس، دہی، زیرہ اور نمک ملا کر 1/2 گھنٹے کے لئے رکھ لیں۔ دیکھی میں چانپیس کو پانی سمیت چانپیس گلنے تک پکا لیں۔ علیحدہ دیکھی میں تیل گرم کر کے چانپیس 5 منٹ تک تلیں، چانپیس تو کولے کا دم دے دیں۔ ساس پین میں ساس کے اجزاء 5 منٹ تک پکا کر چانپیس پر ڈالیں اور ڈش میں نکال لیں۔ انہیں فرنیچ فرائز کے ہمراہ پیش کریں۔



Rava Barfi

Ingredients:

Semolina	250 grams
Water	1 cup
Sugar	250 grams
Desiccated coconut	50 grams
Green cardamom powder	1 tsp
Clarified butter	125 grams + for brushing
Almonds, Pistachios (finely cut)	for sprinkling

روا برنی

اجزاء:

250 گرام	سوہی
ایک پیالی	پانی
250 گرام	چینی
50 گرام	پسا ہوا ناریل
ایک چائے کا چمچ	پسی ہوئی چھوٹی الائچی
125 گرام + چکنا کرنے کے لئے	گھی
	بادام پستے (باریک کئے ہوئے) چمڑکنے کے لئے

Method:

- Heat clarified butter in a wok; cook semolina on low flame till golden; remove from flame.
- In a separate wok, heat water; add sugar; cook till thick and sticky.
- Add semolina, coconut and cardamom; cook while stirring continuously till the mixture separates from the edges.
- Spread out on a greased tray; level with a spoon.
- Sprinkle almonds and pistachios on top; cut into square pieces.

ترکیب:

کڑا ہی میں گھی گرم کر کے سوہی ہلکی آنچ پر سنہری رنگ آنے تک پکائیں اور چولہا بند کر دیں۔ علیحدہ کڑا ہی میں پانی گرم کر کے چینی ڈالیں اور 2 تار بننے تک پکائیں۔ اس میں سوہی، ناریل اور الائچی ڈال کر چمچ چلاتے ہوئے آمیزہ کڑا ہی سے علیحدہ ہونے تک بھونیں۔ اسے چکنی ٹرے پر پھیلائیں اور چمچے سے دباتے ہوئے ہموار کر دیں۔ اس پر بادام پستے چمڑکیں اور چھری کی مدد سے چوکور ٹکڑے کاٹ لیں۔



Chocolate Hazelnut Mousse

Ingredients:

Fresh cream	2 cups + for garnishing
Egg yolks	4
Sugar	1/2 cup
Water	2 tbsp
Hazelnut essence	1/2 tsp
Corn syrup	3 tbsp
Chocolate hazelnut spread	3 tbsp
Chocolate (melted)	196 grams

Method:

- Beat cream with an electric beater till stiff; refrigerate.
- Beat yolks with an electric beater till they double in volume; add essence.
- Cook sugar, water and corn syrup in a saucepan till sugar dissolves; add to egg yolks while beating with electric beater.
- Add melted chocolate and hazelnut spread in cream; mix well with beater.
- Add egg mixture; mix well with beater.
- Fill mixture in a piping bag; squeeze into small bowls; refrigerate.
- Garnish with cream; serve.

چاکلیٹ ہیزل نٹ موس

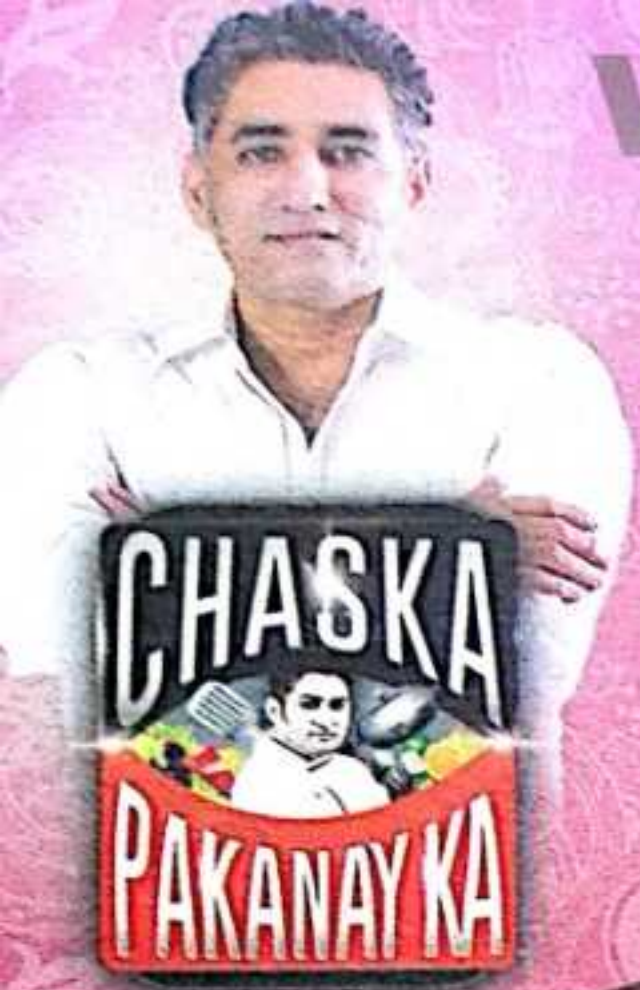
اجزاء:

2 پیالی + سجانے کے لئے	تازہ کریم
4 عدد	انڈے کی زردیاں
1/2 پیالی	چینی
2 کھانے کے چمچے	پانی
1/2 چائے کا چمچ	ہیزل نٹ ایسنس
3 کھانے کے چمچے	کارن سیرپ
3 کھانے کے چمچے	چاکلیٹ ہیزل نٹ اسپریڈ
196 گرام	چاکلیٹ (پگھلی ہوئی)

ترکیب:

الیکٹرک بیٹر سے کریم کو سخت ہو جانے تک پھینٹیں اور فرج میں رکھ دیں۔ ایک پیالے میں الیکٹرک بیٹر سے زردیوں کو دگنا ہونے تک پھینٹیں، پھر ایسنس ملا دیں۔ ساس پین میں چینی پانی اور کارن سیرپ ڈال کر چینی حل ہونے تک پکائیں، اسے الیکٹرک بیٹر چلاتے ہوئے زردیوں میں شامل کر دیں۔ چاکلیٹ اور اسپریڈ کو کریم میں ڈالیں اور الیکٹرک بیٹر کی مدد سے یکجان کر لیں۔ اس میں زردیوں کا آمیزہ ڈال کر الیکٹرک بیٹر کی مدد سے یکجان کریں۔ اس آمیزے کو پائپنگ بیگ میں بھریں اور پیالیوں میں نکال کر فرج میں رکھ دیں۔ اسے کریم سے سجا کر پیش کریں۔

READING
Section



Oriental Kebabs

Ingredients:

Beef mince	¼ kg
Lamb mince	¼ kg
Onion (finely cut)	½ cup
Mint (chopped)	¼ cup
Parsley (chopped)	¼ cup
Hot spices powder	1 tbsp
Black pepper (crushed)	½ tbsp
Lemon juice	a few drops
Salt	1 tsp
Eggs	2
Oil	for frying
Fresh coriander, Onion (fried)	for sprinkling

Method:

- Mix all ingredients thoroughly in a bowl.
- Shape into long kebabs.
- Heat oil in a frying pan; fry kebabs golden; remove.
- Smoke with hot coal if desired.
- Sprinkle coriander and onion on kebabs; serve.

اورینٹل کباب

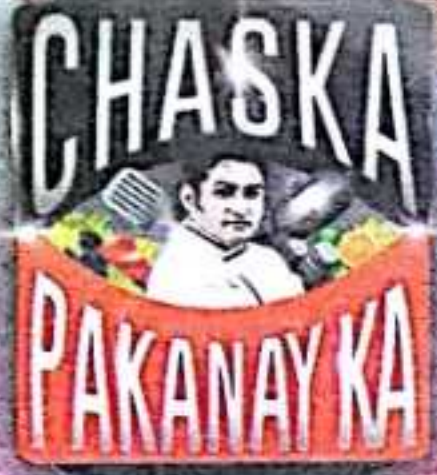
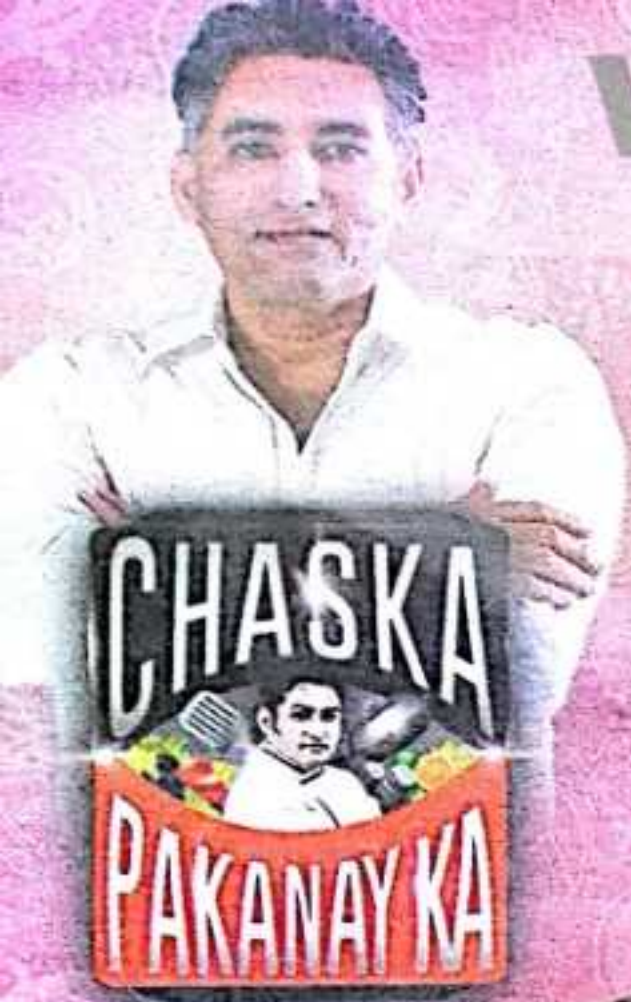
اجزاء:

¼ کلو	گائے کا قیمہ
¼ کلو	دبے کا قیمہ
½ پیالی	پیاز (باریک کٹی ہوئی)
¼ پیالی	پودینہ (چوپ کیا ہوا)
¼ پیالی	اجودہ (چوپ کیا ہوا)
ایک کھانے کا چمچ	پسا ہوا گرم مصالحہ
½ کھانے کا چمچ	کٹی ہوئی کالی مرچ
چند قطرے	لیموں کا رس
ایک چائے کا چمچ	نمک
2 عدد	انڈے
تلنے کے لئے	تیل
چمڑکنے کے لئے	ہرا دھنیا پیاز (تلی ہوئی)

ترکیب:

ایک پیالے میں تمام اجزاء اچھی طرح سے ملا لیں۔ اس آمیزے کے لہو ترے کباب بنائیں۔ فرائننگ پین میں تیل گرم کریں اور انہیں سنہری تل کر نکال لیں۔ اسے چاہیں تو کونکے کا دم دے دیں۔ مزیدار کباب ہرا دھنیا اور پیاز چمڑک کر پیش کریں۔

READING
Section



Meatball Curry

Ingredients:

Meatball Ingredients:	
Mutton pieces (boneless)	500 grams
Onion (chopped)	3/4 cup
Green chillies (finely cut)	6
Gram flour (roasted)	2 1/2 tbsp
Egg	1
Red chilli powder	1 tsp
Hot spices powder	1 tbsp
Ginger (grated)	2 tbsp
Salt	1 tsp

Curry Ingredients:

Onion (chopped)	1/2
Tomato (chopped)	1 cup
Turmeric powder	1 tsp
Hot spices powder	1 tsp
Garlic paste	1 tbsp
Ginger paste	1 tbsp
Red chilli powder	1 tsp
Fresh coriander (chopped)	2 tsp
Salt	1 tsp
Oil	4 tbsp
Green chillies, Fresh coriander	for garnishing

Method:

- Combine meatball ingredients in a chopper; shape into meatballs.
- Fry onion golden in a pot; add coriander, turmeric, hot spices, garlic, ginger, tomato, red chillies and salt; cook for a few minutes.
- Carefully place meatballs in the pot; cook till oil separates; dish out.
- Garnish with green chillies and coriander.

کوفتے کا سالن

کوفتے کے اجزاء:

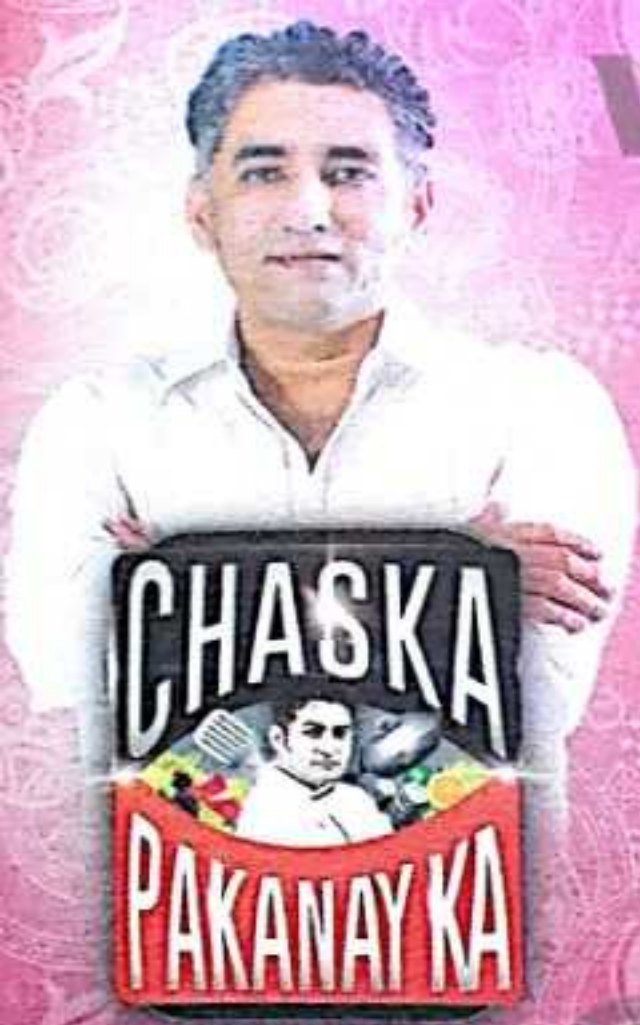
بکرے کا گوشت (بغیر ہڈی) 500 گرام	پسی ہوئی ہلدی	ایک چائے کا چمچ
پیاز (چوپ کی ہوئی) 3/4 پیالی	پسا ہوا گرم مصالحہ	ایک چائے کا چمچ
ہری مرچیں (باریک کٹی ہوئی) 6 عدد	پسا ہوا لہسن	ایک کھانے کا چمچ
بٹھنا ہوا مینسن	پسی ہوئی ادورک	ایک کھانے کا چمچ
انڈہ	پسی ہوئی لال مرچ	ایک چائے کا چمچ
پسی ہوئی لال مرچ	ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)	2 چائے کے چمچے
پسا ہوا گرم مصالحہ	نمک	ایک چائے کا چمچ
ادورک (کدو کش)	تیل	2 کھانے کے چمچے
نمک	ہری مرچ، ہرا دھنیا	ایک چائے کا چمچ

سالن کے اجزاء:

پیاز (چوپ کی ہوئی) 1/2 عدد
ٹماٹر (چوپ کئے ہوئے) ایک پیالی

ترکیب:

کوفتے کے اجزاء چوپر میں یکجان کریں اور کوفتے بنا لیں۔ دیکھی میں پیاز سنہری کریں، اس میں ہرا دھنیا، ہلدی، گرم مصالحہ، لہسن، ادورک، ٹماٹر، لال مرچ اور نمک ڈال کر چند منٹ تک پکائیں۔ اس میں احتیاط سے کوفتے رکھیں اور تیل علیحدہ ہونے تک پکا کر ڈش میں نکال لیں۔ اسے ہری مرچ اور ہرے دھنئے سے سجادیں۔



Hyderabadi Biryani

Ingredients:

Mutton pieces	900 grams
Rice (soaked)	400 grams
Onions (finely cut)	5
Hot spices powder	2 tsp
Dried, round red chillies	6
Cashew nuts	80 grams
Poppy seeds	40 grams
Cloves	2
Cinnamon	2 pieces
Green cardamoms	3
Green chillies	6
Mint (chopped)	1 bunch
Ginger/garlic paste	3 tsp
Yogurt (whipped)	1 cup
Lemon juice	2 tbsp
Saffron (soaked)	2 pinches
Hot water	3 1/2 cups
Salt	to taste
Clarified butter	1 cup
Oil	5 tbsp
Eggs (boiled and cut)	for garnishing

Method:

- Blend red chillies, cashews, poppy seeds and ginger/garlic in a blender.
- Heat clarified butter in a pot; fry blended masala; add mutton, yogurt, onion, 1/2 hot spices and salt; cook till fat separates.
- Add 1 cup hot water; cook till mutton is tender.
- Heat oil in a separate pot; fry cloves, cardamoms and cinnamon; add rice and fry.
- Add green chillies, remaining water and salt; cook till dry.
- Spread rice in a dish; mix in mint and remaining hot spices.
- Layer a big pot with 1/2 rice; add a layer of mutton; drizzle lemon juice on top.
- Layer remaining rice on top; sprinkle saffron; keep on dum.
- Dish out; garnish with eggs.

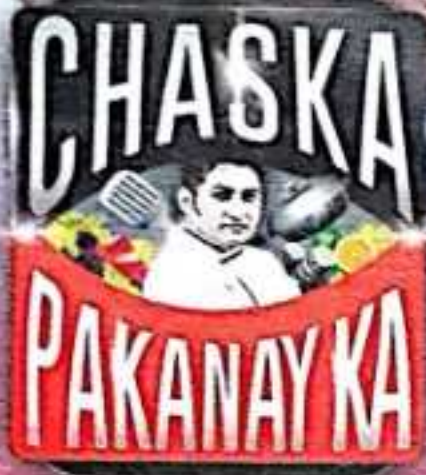
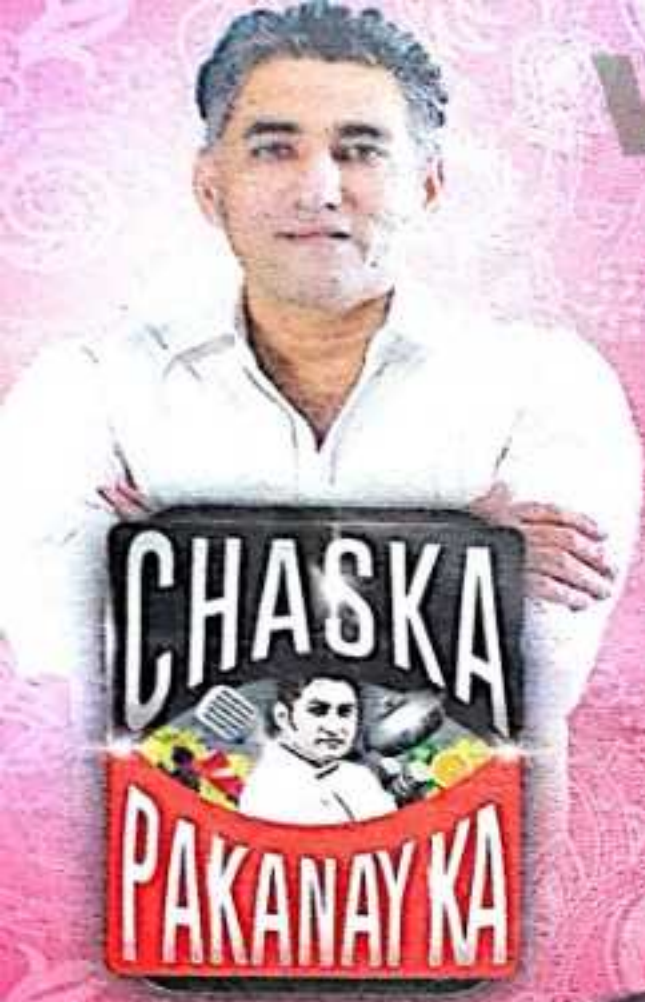
حیدرآبادی بریانی

اجزاء:

پودینہ (چوپ کیا ہوا) ایک گڈی	بکرے کا گوشت 900 گرام
پسا ہوا لہسن اور ک 3 چائے کے چمچے	چاول (بھیکے ہوئے) 400 گرام
دہی (پھینسی ہوئی) ایک پیالی	پیاز (باریک کٹی ہوئی) 5 عدد
لیموں کا رس 2 کھانے کے چمچے	پسا ہوا گرم مصالحہ 2 چائے کے چمچے
زعفران (بھیا گیا ہوا) 2 چنگی	شوخی گول لال مرچیں 6 عدد
گرم پانی 3 1/2 پیالی	کاجو 80 گرام
نمک حسب ذائقہ	خشخاش 40 گرام
تیل 5 کھانے کے چمچے	لوتکس 2 عدد
انڈے (اُبلے اور کٹے ہوئے) سجانے کے لئے	دلہ چینی 2 ٹکڑے
	چھوٹی الائچیاں 3 عدد
	ہری مرچیں 6 عدد

ترکیب:

لال مرچیں، خشخاش، کاجو اور لہسن اور ک کو بلینڈر میں یکجان کر لیں۔ دیکھی میں کھی گرم کر کے پسا ہوا مصالحہ بنوئیں، پھر گوشت، دہی، پیاز، 1/2 گرم مصالحہ اور نمک ملا کر کھی علیحدہ ہونے تک پکائیں، ایک پیالی گرم پانی شامل کریں اور گوشت گلنے تک پکائیں۔ دیکھی میں تیل گرم کر کے لوتکس، الائچیاں اور دارچینی تلیں، چاول ملا کر بنوئیں، پھر ہری مرچیں، باقی پانی اور نمک ملائیں، پانی خشک ہو جائے تو انہیں ڈش میں پھیلا دیں اور اس پر پودینہ اور باقی گرم مصالحہ ملا لیں۔ دیکھی میں 1/2 چاول بچھائیں، گوشت کی تہ لگائیں اور لیموں کا رس چھڑکیں۔ اس پر باقی چاولوں کی تہ لگائیں اور زعفران چھڑک کر دم پر رکھ دیں۔ اسے ڈش میں نکالیں اور انڈوں سے سجادیں۔



چاؤ مسن نوڈلز

اجزاء:

100 گرام	انڈے والے نوڈلز (اُبلے ہوئے)
300 گرام	مرغی کے سینے (لمبائی میں کٹے ہوئے)
ایک کھانے کا چمچ	بُھنے ہوئے سفید تل
2 کھانے کے چمچے	سویا ساس
ایک چائے کا چمچ	پسا ہوا گرم مصالحہ
ایک چائے کا چمچ	چلی ساس
ایک کھانے کا چمچ	کارن فلور
ایک عدد	شملہ مرچ (باریک کٹی ہوئی)
¼ پیالی	ہری پیاز (باریک کٹی ہوئی)
2 کھانے کے چمچے	لائٹ سویا ساس
½ چائے کا چمچ	کٹی ہوئی کالی مرچ
3 کھانے کے چمچے	تیل
چھڑکنے کے لئے	ہر ادھنیا (چوپ کیا ہوا)

Chow mein Noodles

Ingredients:

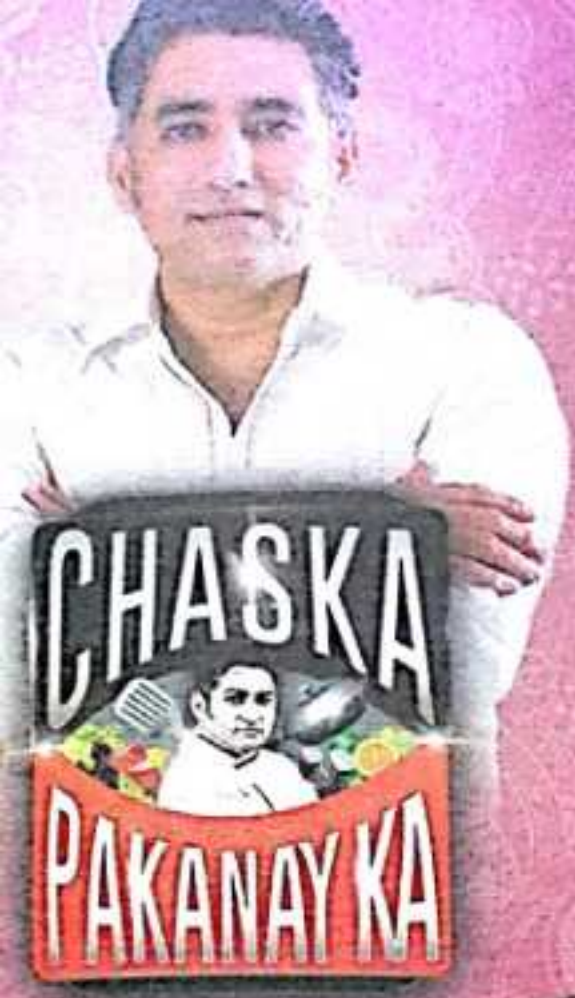
Egg noodles (boiled)	100 grams
Chicken breasts (cut lengthwise)	300 grams
White sesame seeds (roasted)	1 tbsp
Soya sauce	2 tbsp
Hot spices powder	1 tsp
Chilli sauce	1 tsp
Cornflour	1 tbsp
Capsicum (finely cut)	1
Spring onion (finely cut)	¼ cup
Light soy sauce	2 tbsp
Black pepper (crushed)	½ tsp
Oil	3 tbsp
Fresh coriander (chopped)	for sprinkling

Method:

- Marinate chicken with ½ soya sauce, hot spices and chilli sauce; set aside for a little while.
- Coat chicken with cornflour.
- Heat oil in a wok; fry chicken golden; remove.
- Add all remaining ingredients except noodles in wok; cook for a few minutes; add noodles and chicken; dish out.
- Sprinkle coriander; serve.

ترکیب:

مرغی میں ½ سویا ساس، گرم مصالحہ اور چلی ساس ملا کر تھوڑی دیر کے لئے رکھ دیں۔ مرغی کو کارن فلور میں لپیٹ لیں۔ کڑا ہی میں تیل گرم کریں اور مرغی سنہری تل کر نکال لیں۔ کڑا ہی میں علاوہ نوڈلز باقی تمام اجزاء ڈال کر چند منٹ تک پکائیں پھر نوڈلز اور مرغی ملا کر ڈش میں نکالیں۔ مزیدار نوڈلز ہر ادھنیا چھڑک کر پیش کریں۔



Pot Chops

Ingredients:

Mutton chops	1/2 kg
Potatoes (peeled and cut lengthwise into 4)	2
Raw papaya paste	2 tbsp
Brown sugar	2 tbsp
Soya sauce	1 tbsp
White vinegar	1 tbsp
Red chillies (crushed)	1 tsp
Red chilli powder	1 tsp
Garlic (chopped)	1 tsp
Ginger (chopped)	2 tbsp
Tomato ketchup	1/2 cup
Water	1/4 cup
Salt	1/2 tsp
Oil	4 tbsp
Red chutney	as accompaniment

Method:

- Apply papaya on chops; set aside.
- Cook remaining ingredients except potatoes in a saucepan till thick.
- Remove some masala and set aside; coat chops with remaining masala.
- Cook chops in a pot with the lid on, on low flame till half cooked.
- Brush remaining masala on chops; add potatoes; cook till chops are tender; dish out.
- Serve with red chutney.

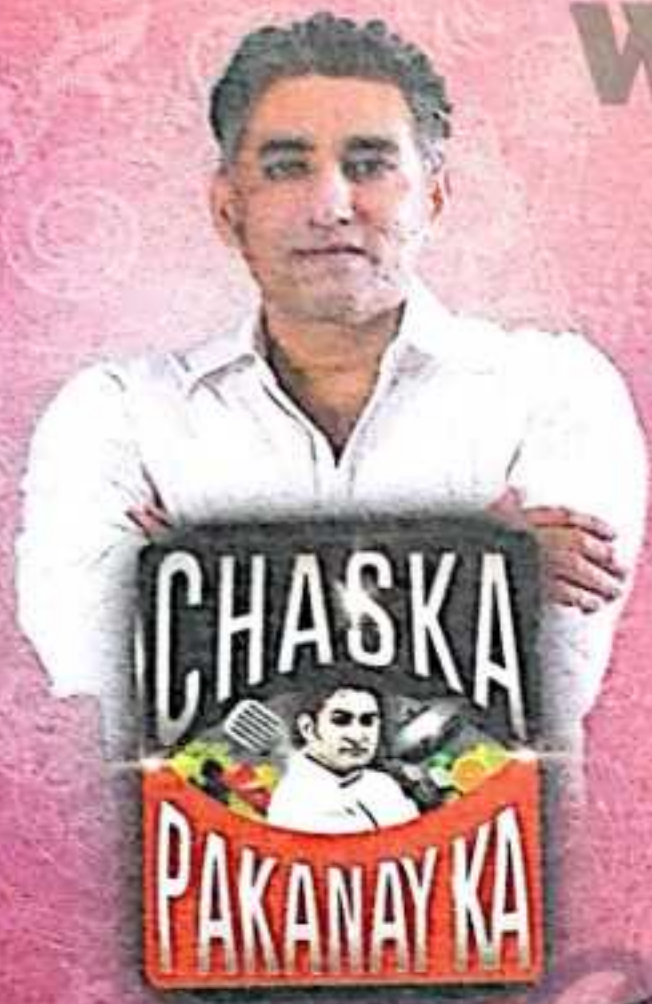
دیکھی والی چائیں

اجزاء:

1/2 کلو	بکرے کی چائیں
2 عدد	آلو (چھلے اور لمبائی میں 4 کئے ہوئے)
2 کھانے کے چمچے	پسا ہوا کچا پیٹا
2 کھانے کے چمچے	براؤن چینی
ایک کھانے کا چمچ	سویا ساس
ایک کھانے کا چمچ	سفید سرکہ
ایک چائے کا چمچ	کٹی ہوئی لال مرچ
ایک چائے کا چمچ	پسی ہوئی لال مرچ
ایک چائے کا چمچ	لہسن (چوپ کیا ہوا)
2 کھانے کے چمچے	ادرک (چوپ کی ہوئی)
1/2 پیالی	ٹماٹو کچپ
1/4 پیالی	پانی
1/2 چائے کا چمچ	نمک
4 کھانے کے چمچے	تیل
ہمراہ پیش کرنے کے لئے	لال چٹنی

ترکیب:

چائوں پر پھینکا کر رکھ لیں۔ ساس پین میں علاوہ آلو باقی اجزاء ملا کر گاڑھا ہونے تک پکائیں۔ تھوڑا سا مصالحہ بچا کر باقی مصالحے کو اچھی طرح سے چائوں پر لگائیں اور چائوں کو دیکھی میں ڈالیں، انہیں ڈھکن ڈھا تک کر ہلکی آنچ پر 1/2 گھنٹہ جانے تک پکائیں۔ باقی مصالحہ برش کی مدد سے چائوں پر لگائیں اس میں آلو ڈالیں اور چائوں کے مکمل گل جانے تک پکا کر ڈش میں نکال لیں۔ مزیدار چائیں لال چٹنی کے ہمراہ پیش کریں۔



Oatmeal and Mince Loaf

Ingredients:

Beef mince	300 grams
Oatmeal (cut)	1 cup
Egg	1
Milk (fresh)	1/2 cup
Onion (chopped)	1
Mustard paste	1/2 tsp
Black pepper (crushed)	1/4 tsp
Red chillies (crushed)	1/2 tsp
Garlic (chopped)	2 tsp
Hot spices powder	1/4 tsp
Chilli sauce	1/2 cup
Salt	1 tsp

Method:

- Mix all ingredients in a bowl except chilli sauce.
- Brush oil on a loaf pan; place mince in it; bake in a pre-heated oven at 180°C for 35 minutes.
- Brush chilli sauce on top of loaf; bake for 10 more minutes. Remove from pan and serve.

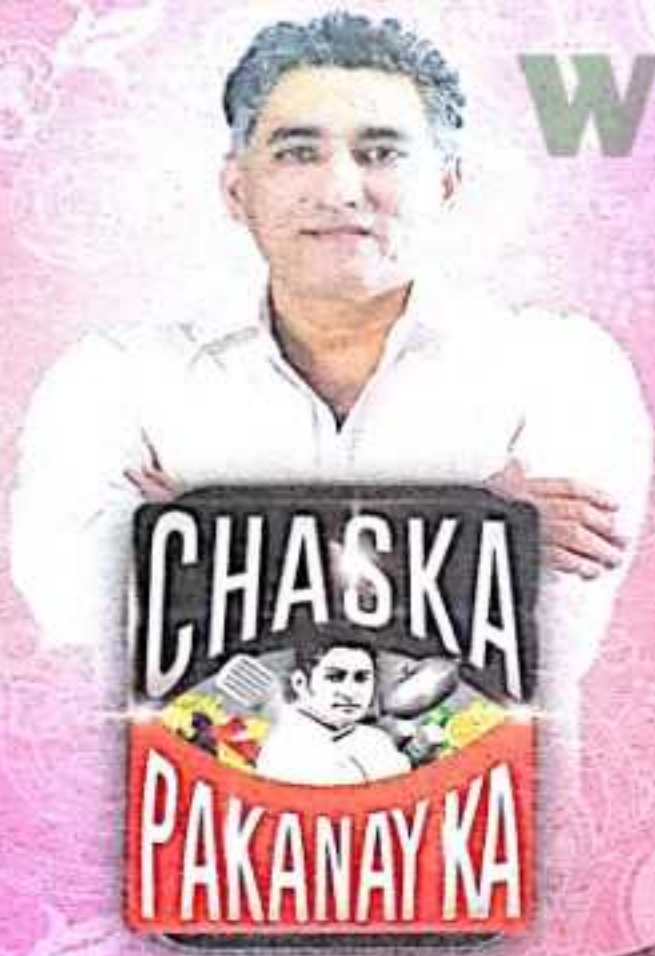
دلے اور قیے کالوف

اجزاء:

300 گرام	گائے کا قیہ
ایک پیالی	دلیہ (کٹا ہوا)
ایک عدد	انڈہ
1/2 پیالی	تازہ دودھ
ایک عدد	پیاز (چوپ کی ہوئی)
1/2 چائے کا چمچ	مسٹرڈ پیسٹ
1/4 چائے کا چمچ	کٹی ہوئی کالی مرچ
1/2 چائے کا چمچ	کٹی ہوئی لال مرچ
2 چائے کے تھے	لہسن (چوپ کئے ہوئے)
1/4 چائے کا چمچ	پسا ہوا گرم مصالحہ
1/2 پیالی	چلی ساس
ایک چائے کا چمچ	نمک

ترکیب:

ایک پیالے میں علاوہ چلی ساس باقی تمام اجزاء یکجان کر لیں۔ لوف ٹن کو چکنا کر کے آمیزہ اس میں ڈال کر اسے پہلے سے گرم اوون میں 180°C پر 35 منٹ تک پکائیں اس پر برش سے چلی ساس لگائیں اور مزید 10 منٹ تک پکا کر نکال لیں۔



Cheese Parathay

Dough Ingredients:

Refined flour (sifted)	¾ cup
Whole-wheat flour (sifted)	¾ cup
Salt	to taste
Oil	2 tsp + for frying

Filling Ingredients:

Cottage cheese (grated)	1 ½ cups
Fresh coriander (chopped)	2 tbsp
Green chillies (chopped)	1 tsp
Red chilli powder	1 tsp
Dried raw mango powder	1 tsp
Salt	to taste

Method:

- Knead dough ingredients with lukewarm water into a dough; divide into 4 balls.
- Mix filling ingredients in a bowl; divide into 4 portions.
- Lightly roll out balls; place a portion of filling in the centre of each; re-shape into balls.
- Roll out into discs.
- Fry parathay golden from both sides while applying oil on an iron griddle; remove.
- Cut into pieces; serve.

پنیری پرائے

آٹے کے اجزاء:

¾ پیالی	میدہ (چھنا ہوا)
¾ پیالی	آٹا (چھنا ہوا)
حسب ذائقہ	نمک
2 چائے کے چمچے + تیلنے کے لئے	تیل

بھرنے کے اجزاء:

1 ½ پیالی	پنیر (کدو کش)
2 کھانے کے چمچے	ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)
ایک چائے کا چمچ	ہری مرچیں (چوپ کی ہوئی)
ایک چائے کا چمچ	پس ہوئی لال مرچ
ایک چائے کا چمچ	پسا ہوا آچھور
حسب ذائقہ	نمک

ترکیب:

آٹے کے اجزاء کو نیم گرم پانی سے گوندھ کر 4 بیڑے بنالیں۔ ایک پیالے میں بھرنے کے اجزاء ملائیں اور 4 حصوں میں تقسیم کر دیں۔ آٹے کے بیڑے ہلکے سے بیلیں ان کے درمیان میں آمیزہ بھر کر ان کے دوبارہ بیڑے بنالیں۔ ان بیڑوں کے گول پرائے تیل لیں۔ پرائے کو تیل لگاتے ہوئے توے پر دونوں جانب سے سنہری سینک کر اتار لیں۔ مزیدار پرائے ٹکڑے کاٹ کر پیش کریں۔



Mutton Liver

Ingredients:

Mutton liver (small pieces)	1 kg
Green chillies (large, whole)	4
Fresh coriander (chopped)	½ bunch
Tomatoes (chopped)	250 grams
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Yogurt (whipped)	250 grams
Hot spices powder	1 tsp
Cumin seeds	1 tsp
Mustard seeds	1 tsp
Red chillies (crushed)	1 tbsp
Lemon juice	4 tbsp
Salt	to taste
Oil	½ cup

Method:

- Heat oil in a pot; fry ginger/garlic.
- Add red chillies, cumin, tomatoes, yogurt, mustard seeds and salt; fry on high flame.
- Add liver and green chillies; fry on high flame till dry.
- Add hot spices, coriander and lemon juice; dish out.

کلیجی

اجزاء:

بکرے کی کلیجی (چھوٹے ٹکڑے)	ایک کلو
ثابت بڑی ہری مرچیں	4 عدد
ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)	½ گڈی
ٹماٹر (چوپ کئے ہوئے)	250 گرام
پسا ہوا لہسن اور ک	ایک کھانے کا چمچ
دہی (پھینٹی ہوئی)	250 گرام
پسا ہوا گرم مصالحہ	ایک چائے کا چمچ
سفید زیرہ	ایک چائے کا چمچ
رائی دانے	ایک چائے کا چمچ
کٹی ہوئی لال مرچ	ایک کھانے کا چمچ
لیموں کا رس	4 کھانے کے چمچے
نمک	حسب ذائقہ
تیل	½ پیالی

ترکیب:

دہی میں تیل گرم کر کے لہسن اور ک بھونیں۔ اس میں لال مرچ، زیرہ، ٹماٹر، دہی، رائی اور نمک ملائیں اور تیز آنچ پر بھونیں۔ اس میں کلیجی اور ہری مرچیں ڈال کر تیز آنچ پر پانی خشک ہونے تک پکائیں، پھر گرم مصالحہ، ہرا دھنیا اور لیموں کا رس ملا کر ڈش میں نکال لیں۔



Dum Mince

Ingredients:

Beef mince	1/2 kg
Onions (chopped)	375 grams
Green chillies (whole)	10
Raw mango (chopped)	1
Tomatoes (chopped)	250 grams
Red chillies (crushed)	1 tsp
Turmeric powder	1 tsp
Fennel seeds (roasted)	2 tbsp
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Hot spices powder	1 tsp
Coriander powder	2 tsp
Fresh coriander (chopped)	1 bunch
Salt	1 tsp
Oil	1/2 cup
Tomato (slices), mint, lemon (slices)	for garnishing

Method:

- Cook mince in a pot with turmeric, red chillies, tomatoes, fennel, ginger/garlic, coriander, hot spices and salt till dry.
- Add fresh coriander; remove from flame.
- Heat oil in a frying pan; fry onions golden; add and fry mango and green chillies; place over mince.
- Smoke mince with a hot piece of coal; dish out.
- Garnish with tomato, mint and lemon; serve.

دوم کا قیمہ

اجزاء:

گائے کا قیمہ	1/2 کلو
پیاز (چوپ کی ہوئی)	375 گرام
ثابت ہری مرچیں	10 عدد
کیری (چوپ کی ہوئی)	ایک عدد
ٹماٹر (چوپ کئے ہوئے)	250 گرام
کٹی ہوئی لال مرچ	ایک چائے کا چمچ
پسی ہوئی ہلدی	ایک چائے کا چمچ
بھنئی ہوئی سونف	2 کھانے کے چمچے
پسا ہوا لہسن اور ک	ایک کھانے کا چمچ
پسا ہوا گرم مصالحہ	ایک چائے کا چمچ
پسا ہوا دھنیا	2 چائے کے چمچے
ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)	ایک گڈی
نمک	ایک چائے کا چمچ
تیل	1/2 پیالی
ٹماٹر لیموں (تقلے) پودینہ	سجانے کے لئے

ترکیب:

دیکھی میں قیمہ ہلدی، لال مرچ، ٹماٹر، سونف، لہسن اور ک، دھنیا، گرم مصالحہ اور نمک ڈال کر پانی خشک ہونے تک پکائیں، پھر ہرا دھنیا ملا کر چولہا بند کر دیں۔ فرائننگ پن میں تیل گرم کر کے پیاز سنہری کریں اس میں کیری اور ہری مرچیں تل کر قیمے پر ڈال دیں۔ قیمے کو کولے کا دھواں دے کر ڈش میں نکالیں۔ اسے ٹماٹر پودینے اور لیموں سے سجا کر پیش کریں۔



Gola Kebabs

Ingredients:

Beef mince	1 kg
Onions (fried)	375 grams
Eggs	2
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Hot spices powder	2 tsp
Yogurt	4 tbsp
Desiccated coconut	4 tbsp
Nutmeg and mace powder	1 tsp
Raw papaya paste	2 tbsp
Green chillies	4
Salt	1 tsp
Oil	as required
Onion, Tomato, Fresh coriander	for decoration

Method:

- Combine all ingredients in a chopper.
- Shape into balls.
- Heat oil in a wok; fry balls golden.
- Decorate a dish with onion, tomato and coriander; place gola kebabs on it; serve.

گولا کباب

اجزاء:

ایک کلو	گائے کا تیرہ
375 گرام	پیاز (تلی ہوئی)
2 عدد	انڈے
ایک کھانے کا چمچ	پسا ہوا ہینس اورک
2 چائے کے چمچے	پسا ہوا گرم مصالحہ
4 کھانے کے چمچے	دہی
4 کھانے کے چمچے	پسا ہوا ناریل
ایک چائے کا چمچ	پس ہوئی جانفل جاوتری
2 کھانے کے چمچے	پسا ہوا کچا پیتا
4 عدد	ہری مرچیں
ایک چائے کا چمچ	نمک
حسب ضرورت	تیل
سجانے کے لئے	پیاز، ٹماٹر، ہرا دھنیا

ترکیب:

چو پر میں تمام اجزاء یکجان کر لیں۔ اس کے کو فٹے بنا لیں۔ کڑا ہی میں تیل گرم کریں اور کو فٹے سنہری تل لیں۔ ڈش کو پیاز، ٹماٹر اور ہرے دھنئے سے سجائیں اس پر گولا کباب رکھ کر پیش کریں۔



Roasted Leg of Lamb

Ingredients:

Leg of lamb	1
Black pepper powder	1 tsp
Chaat masala	1 tsp
Hot spices powder	1 tsp
Mustard paste	1 tbsp
Red chillies crushed	1 tbsp
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Raw papaya paste	1 tbsp
Chilli sauce, Cumin seeds	2 tbsp each
Lemon juice	4 tbsp
Salt	to taste
Oil	5 tbsp
Tomato, Mint, Lemon (slices)	for decoration
Fresh coriander (chopped)	for sprinkling

Method:

- Mix all ingredients except leg of lamb in a bowl.
- Make long slits on lamb with a knife; marinate it with mixed masala; refrigerate at least overnight.
- Cook lamb in a large-bottomed pot on low heat, till tender.
- When tender, fry lamb; dish out.
- Decorate dish with tomato, mint and lemon; sprinkle coriander on lamb; serve.

ران روسٹ

اجزاء:

ایک عدد	بکرے کی ران
ایک چائے کا چمچ	پسی ہوئی کالی مرچ
ایک چائے کا چمچ	چاٹ مصالحہ
ایک چائے کا چمچ	پسا ہوا گرم مصالحہ
ایک کھانے کا چمچ	مسٹرڈ پیسٹ
ایک کھانے کا چمچ	گٹی ہوئی لال مرچ
ایک کھانے کا چمچ	پسا ہوا لہسن اور ک
ایک کھانے کا چمچ	پسا ہوا کچا پیپٹا
2'2 کھانے کے چمچے	چلی ساس، سفید زیرہ
4 کھانے کے چمچے	لیموں کا رس
حسب ذائقہ	نمک
5 کھانے کے چمچے	تیل
سجانے کے لئے	ٹماٹر پودینہ، لیموں (قتلے)
چھڑکنے کے لئے	ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)

ترکیب:

ایک پیالے میں علاوہ ران تمام اجزاء ملا لیں۔ ران پر چھری کی مدد سے بڑے بڑے نشان لگائیں اور مصالحہ اچھی طرح سے لگا دیں۔ ران کو کم از کم ایک رات کے لئے فرج میں رکھ دیں۔ ایک بڑی دیگی میں ران ڈالیں اور ہلکی آگ پر گلنے تک پکائیں۔ ران گل جائے تو بھون کر ڈش میں نکالیں ڈش کو ٹماٹر پودینے اور لیموں سے سجائیں، مزیدار ران ہرا دھنیا چھڑک کر پیش کریں۔



Saloni Biryani

Qorma Ingredients:

Chicken pieces (boneless)	1/2 kg
Tomatoes (chopped)	1/2 kg
Black cumin seeds	1 tsp
Dried plums	100 grams
Green cardamoms	4
Black peppercorns	2 tsp
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Onions (finely cut)	2
Red chilli powder	2 tsp
Turmeric powder	1 tsp
Coriander powder	1 tsp
Green chillies (whole)	6
Mint (finely cut)	1 bunch
Salt	1 tsp
Oil	1/2 cup
Tomato, Fresh coriander	for garnishing

Rice Ingredients:

Rice (soaked)	1/2 kg
Cumin seeds, Salt	1 tsp each
Water	2 1/2 cups
Oil	4 tbsp

Method:

- Heat oil in a pot; fry onions golden.
- Add all qorma ingredients except mint; cook for 20 minutes; remove from flame.
- Heat oil in a separate pot; fry cumin; add rice, water and salt; parboil.
- Keep rice on dum; make a hollow in the centre; place qorma and mint in it; keep on dum.
- Dish out; garnish with tomato and coriander.

سلونی بریانی

قورمے کے اجزاء:

پسا ہوا دھنیا	ایک چائے کا چمچ	مرغی کی بوٹیاں (بغیر ہڈی)	1/2 کلو
ثابت ہری مرچیں	6 عدد	ٹماٹر (چوپ کئے ہوئے)	1/2 کلو
پودینہ (باریک کٹا ہوا)	ایک گڈی	ثابت کالا زیرہ	ایک چائے کا چمچ
نمک	ایک چائے کا چمچ	آلو بخارے	100 گرام
تیل	1/2 پیالی	چھوٹی الائچیاں	4 عدد
ٹماٹر ہرا دھنیا	سجانے کے لئے	کالی مرچیں	2 چائے کے چمچے
چاول کے اجزاء:		پسا ہوا بسن اورک	ایک کھانے کا چمچ
چاول (بھیکے ہوئے)	1/2 کلو	پیاز (باریک کٹی ہوئی)	2 عدد
ثابت سفید زیرہ نمک	ایک ایک چائے کا چمچ	پسی ہوئی لال مرچ	2 چائے کے چمچے
پانی	2 1/2 پیالی	پسی ہوئی ہلدی	ایک چائے کا چمچ
تیل	4 کھانے کے چمچے		

ترکیب:

دیکھی میں تیل گرم کریں اور پیاز سنہری کر لیں۔ اس میں علاوہ پودینہ، قورمے کے تمام اجزاء ڈال کر 20 منٹ تک پکائیں اور چولہا بند کر دیں۔ علیحدہ دیکھی میں تیل گرم کر کے زیرہ بھونیں، پھر چاول، پانی اور نمک ڈال کر ایک کئی تک پکائیں۔ چاول دم پر آ جائیں تو درمیان میں جگہ بنائیں۔ اس میں قورمہ اور پودینہ ڈالیں اور دم پر رکھ دیں۔ مزیدار بریانی ڈش میں نکالیں۔ اسے ٹماٹر اور ہرے دھنئے سے سجادیں۔



Small Kebabs

Ingredients:

Beef pieces	1/2 kg
Spring onions	250 grams
Eggs	2
Green chillies	4
Dried, round red chillies	4
Chaat masala	1 tsp
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Cumin seeds	2 tsp
Coriander seeds	2 tsp
Salt	1/2 tsp
Oil	for frying
Lettuce leaves, tomato (sliced)	for decoration

Method:

- Grind beef finely in a chopper.
- Add all ingredients except eggs; grind for 1 minute.
- Add eggs; shape into small kebabs.
- Heat oil in a frying pan; fry kebabs golden; remove.
- Decorate a dish with lettuce and tomato; place kebabs on it; serve.

چھوٹے کباب

اجزاء:

1/2 کلو	گائے کی بوٹیاں
250 گرام	ہری پیاز
2 عدد	انڈے
4 عدد	ہری مرچیں
4 عدد	شوکھی گول لال مرچیں
ایک چائے کا چمچ	چاٹ مصالحہ
ایک کھانے کا چمچ	پسا ہوا لہسن اور دک
2 چائے کے چمچے	سفید زیرہ
2 چائے کے چمچے	ثابت دھنیا
1/2 چائے کا چمچ	نمک
تلنے کے لئے	تیل
سجانے کے لئے	سلاد پتے، ٹماٹر (قٹلے)

ترکیب:

چوپر میں گوشت باریک پیس لیں۔ اس میں علاوہ انڈے باقی اجزاء ملائیں اور ایک منٹ کے لئے مشین چلا دیں۔ اس آمیزے میں انڈے ملا کر چھوٹی چھوٹی نکلیاں بنائیں۔ فرائننگ پین میں تیل گرم کریں اور کباب سنہری تل کر نکال لیں۔ ڈش کو سلاد پتے اور ٹماٹر سے سجائیں، اس پر کباب رکھ کر پیش کریں۔



Ice Cream and Jelly Custard

Ingredients:

Vanilla ice cream	1/2 litre
Milk (fresh)	1/2 litre
Vanilla custard powder (dissolved in water)	2 tbsp
Sugar	1/2 cup
Condensed milk	1/2 cup
Bananas (finely cut)	4
Vermicelli (crumbled)	1 cup
Fresh cream	1 cup
Pineapple pieces	1 cup
Strawberries (finely cut)	1 cup
Green jelly crystals	300 grams
Red jelly crystals	300 grams
Vanilla essence	1/2 tsp
Banana, Pineapple (slices)	for garnishing

Method:

- Cook vermicelli in milk on low flame.
- When vermicelli softens, add sugar and custard paste; allow to cool.
- Prepare jellies separately; allow to set; cut into pieces.
- With an electric beater, beat cream, condensed milk and essence in a bowl.
- Layer bananas, strawberries, pineapples, ice cream, custard and cream in a serving dish.
- Garnish with jellies, banana and pineapple; serve chilled.

آئس کریم اور جیلی کا کسٹروڈ

اجزاء:

1/2 لیٹر	ونیل آئس کریم
1/2 لیٹر	تازہ دودھ
2 کھانے کے چمچے	ونیل کسٹروڈ پاؤڈر (پانی میں گھلا ہوا)
1/2 پیالی	چینی
1/2 پیالی	کنڈینسڈ ملک
4 عدد	کیلے (باریک کٹے ہوئے)
ایک پیالی	سویاں (توڑ لیں)
ایک پیالی	تازہ کریم
ایک پیالی	انناس کے ٹکڑے
ایک پیالی	اسٹراپیریز (باریک کٹی ہوئی)
300 گرام	ہری جیلی کرٹلز
300 گرام	لال جیلی کرٹلز
1/2 چائے کا چمچ	ونیل اےسنس
سجانے کے لئے	کیلے انناس (سلائس)

ترکیب:

دودھ میں سویاں ڈال کر ہلکی آئینچ پر پکالیں۔ سویاں گل جائیں تو چینی اور کسٹروڈ کا پیسٹ ڈالیں اور ٹھنڈا ہونے دیں، جلیوں کو الگ الگ تیار کر کے جمائیں اور ٹکڑے کاٹ لیں۔ ایک پیالے میں کریم، کنڈینسڈ ملک اور اےسنس کو ایکٹریک بیٹر کی مدد سے یکجان کر لیں۔ سردیگ ڈش میں کیلے، انناس، اسٹراپیریز، آئس کریم، کسٹروڈ اور کریم ڈالیں۔ اسے کیلے، انناس اور جلیوں سے سجائیں اور خوب ٹھنڈا کر کے پیش کریں۔



Tandoori Boti

Ingredients:

Mutton pieces	½ kg
Ginger/garlic paste	1 tsp
Yogurt	½ cup
Turmeric powder	½ tsp
Red chilli powder	½ tsp
Red chillies (crushed)	½ tsp
Hot spices powder	½ tsp
Cumin seeds (crushed)	½ tsp
Coriander seeds (crushed)	½ tsp
Nutmeg	1 pinch
Saffron	1 pinch
Lemon juice	2 tbsp
Raw papaya paste	1 tbsp
Black pepper (crushed)	½ tsp
Salt	to taste
Oil	1 tbsp
Onion, Capsicum, Tomato	for garnishing

Method:

- Marinate mutton with all ingredients; set aside for at least 5 hours.
- Remove mutton in a baking tray; bake in a pre-heated oven at 150° C for 25 minutes; remove.
- Serve with onion, capsicum and tomato.

تندوری بوٹی

اجزاء:

½ کلو	بکرے کی بوٹیاں
ایک چائے کا چمچ	پسا ہوا لہسن اور مک
½ پیالی	دہی
½ چائے کا چمچ	پسی ہوئی ہلدی
½ چائے کا چمچ	پسی ہوئی لال مرچ
½ چائے کا چمچ	کٹی ہوئی لال مرچ
½ چائے کا چمچ	پسا ہوا گرم مصالحہ
½ چائے کا چمچ	کٹا ہوا سفید زیرہ
½ چائے کا چمچ	کٹا ہوا جنینا
ایک چمکی	جانفل
ایک چمکی	زاعفران
2 کھانے کے چمچے	لیموں کا رس
ایک کھانے کا چمچ	پسا ہوا کچا پیٹا
½ چائے کا چمچ	کٹی ہوئی کالی مرچ
حسب ذائقہ	نمک
ایک کھانے کا چمچ	تیل
سجانے کے لئے	پیاز، شملہ، مرچ، ٹماٹر

ترکیب:

ایک پیالے میں تمام اجزاء ملا کر کم از کم 5 گھنٹوں کے لئے رکھ دیں۔ اسے بیکنگ ٹری میں ڈالیں اور پہلے سے گرم اوون میں 150° C پر 25 منٹ تک پکا کر نکال لیں۔ مزیدار بوٹی پیاز، شملہ، مرچ اور ٹماٹر کے ہمراہ پیش کریں۔



Masala Boti

Ingredients:

Beef	½ kg
Onion (fried)	2
Yogurt (whipped)	1 cup
Black pepper (crushed)	1 tsp
Cumin seeds (roasted)	2 tsp
Ginger/garlic paste	2 tsp
Raw papaya paste	2 tbsp
Tamarind pulp	2 tbsp
Green chillies (blended)	4 tbsp
Salt	to taste
Oil	2 tbsp
Chaat masala	for sprinkling

Method:

- Marinate beef with papaya and salt; refrigerate overnight.
- Heat oil in a wok; fry ginger/garlic.
- Add all ingredients except beef; cook for a few minutes.
- Add beef; cook on low flame till tender.
- Smoke with hot coal; dish out; sprinkle chaat masala on top; serve.

مصالحہ بوٹی

اجزاء:

½ کلو	گائے کا گوشت
2 عدد	پیاز (تلی ہوئی)
ایک پیالی	دہی (پھینٹی ہوئی)
ایک چائے کا چمچ	کٹی ہوئی کالی مرچ
2 چائے کے چمچے	بھٹنا ہوا سفید زیرہ
2 چائے کے چمچے	پسا ہوا لہسن اور ک
2 کھانے کے چمچے	پسا ہوا کچا پیپٹا
2 کھانے کے چمچے	اٹلی کا گودا
4 کھانے کے چمچے	ہری مرچیں (پسی ہوئی)
حسب ذائقہ	نمک
2 کھانے کے چمچے	تیل
چھڑکنے کے لئے	چاٹ مصالحہ

ترکیب:

گوشت پر پیپٹا اور نمک ملا کر ایک رات کے لئے فرج میں رکھ دیں۔ کڑاہی میں تیل گرم کر کے لہسن اور ک بھونیں۔ اس میں علاوہ گوشت باقی تمام اجزاء ڈال کر چند منٹ تک پکائیں پھر گوشت ڈالیں اور ہلکی آگ پر گوشت گلنے تک پکائیں۔ اسے کولے کا دم دے کر ڈش میں نکالیں اور چاٹ مصالحہ چھڑک کر پیش کریں۔



Bihari Qeema

Ingredients:

Mutton mince	½ kg
Onions (finely cut)	2
Yogurt	1 cup
Lemon juice	2 tbsp
Green chillies (finely cut)	4
Cardamoms	2
Dried, round red chillies	3
Green cardamoms	6
Coriander seeds	1 tsp
Cumin seeds	1 tsp
Black chickpeas	1 tbsp
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Salt	to taste
Bihari masala (packaged)	1 tbsp
Oil	¼ cup
Mint leaves	for garnishing

Method:

- Grind red chillies, coriander, cumin, both cardamoms and chickpeas in a grinder.
- Heat oil in a pot; fry onions; remove.
- In the same pot, add mince, ginger/garlic, ground masala, Bihari masala, yogurt, lemon juice, green chillies and salt; cook till dry.
- Dish out; garnish with mint and fried onions.

بھاری قیمہ

اجزاء:

½ کلو	بکرے کا قیمہ
2 عدد	پیاز (باریک کٹی ہوئی)
ایک پیالی	دہی
2 کھانے کے چمچے	لیموں کا رس
4 عدد	ہری مرچیں (باریک کٹی ہوئی)
2 عدد	بڑی الائچیاں
3 عدد	سُکھی گول لال مرچیں
6 عدد	چھوٹی الائچیاں
ایک چائے کا چمچ	ثابت دھنیا
ایک چائے کا چمچ	ثابت سفید زیرہ
ایک کھانے کا چمچ	کالے پنے
ایک کھانے کا چمچ	پسا ہوا لہسن اور رک
ایک کھانے کا چمچ	بھاری مصالحہ (پیکٹ والا)
حسب ذائقہ	نمک
¼ پیالی	تیل
سجانے کے لئے	پودینے کے پتے

ترکیب:

لال مرچیں، دھنیا، زیرہ، دونوں الائچیاں اور کالے پنے پیس لیں۔ دیکھی میں تیل گرم کریں اور پیاز تل کر نکالیں۔ اسی دیکھی میں قیمہ، لہسن اور رک، پسا ہوا مصالحہ، بھاری مصالحہ، دہی، لیموں کا رس، ہری مرچیں اور نمک ڈال کر پانی خشک ہونے تک پکائیں۔ مزیدار قیمہ ڈش میں نکالیں، اسے تلی ہوئی پیاز اور پودینے سے سجادیں۔

READING
Section



Food Diaries



Kunna

Ingredients:

Mutton pieces	1 1/2 kg
Ginger/garlic paste	6 tbsp
Red chilli powder	4 tsp
Yogurt	4 tbsp
Cumin seeds, Fennel seeds	2 tbsp each
Black pepper (crushed)	2 tbsp
Dried ginger powder	2 tbsp
Cardamoms	2
Cloves, Nutmeg, Mace	1 tbsp each
Onion (finely cut)	1
Refined flour (made into paste with water)	6 tbsp
Salt	1 tsp
Oil	1/2 cup
Green chillies, Ginger, Lemon (slices)	for garnishing

Method:

- Grind finely cumin, fennel, pepper, dried ginger, cardamoms, cloves, nutmeg and mace in a grinder.
- Heat oil in a pot; fry mutton, ginger/garlic, red chillies, 4 tbsp ground masala and salt for a few minutes.
- Add yogurt; cook while stirring till masala dries.
- Add water; cook till mutton is tender; add more water and flour paste while stirring continuously.
- Heat oil in a frying pan; fry onion; add to pot.
- Garnish with green chillies, ginger and lemon; serve.

کوننا

اجزاء:

1 1/2 کلو	بکرے کا گوشت
6 کھانے کے چمچے	پسا ہوا لہسن اور رک
4 چائے کے چمچے	پسی ہوئی لال مرچ
4 کھانے کے چمچے	دہی
2'2 کھانے کے چمچے	ٹماہت سفید زیرہ، سونف
2 کھانے کے چمچے	کٹی ہوئی کالی مرچ
2 کھانے کے چمچے	پسی ہوئی سونٹھ
2 عدد	بڑی الائچیاں
ایک ایک کھانے کا چمچ	لوہنگ، جاتفل، جاوتری
ایک عدد	پیاز (باریک کٹی ہوئی)
6 کھانے کے چمچے	میدہ (پانی میں گھلا:وا)
ایک چائے کا چمچ	نمک
1/2 پیالی	تیل
	بری مرچیں، اورک، لیموں (قتلے) سجانے کے لئے

ترکیب:

گریڈر میں زیرہ، سونف، کالی مرچیں، سونٹھ، الائچیاں، لوہنگیں، جاتفل اور جاوتری باریک پیس لیں۔ دہی میں تیل گرم کر کے گوشت، لہسن اور رک، لال مرچ، 4 کھانے کے چمچے پسا ہوا مصالحہ اور نمک چند منٹ تک بھونیں۔ اس میں دہی ڈال کر چمچ چلاتے ہوئے مصالحہ خشک ہونے تک پکائیں، اس میں پانی شامل کریں اور گوشت گھلنے تک پکائیں، اس میں پانی ڈالیں اور پھر چمچ چلاتے ہوئے میدہ ڈالیں۔ فرائننگ پن میں تیل گرم کریں اور پیاز تل کر دیکھی میں شامل کریں۔ مزید اڑھتائے بری مرچوں، اورک اور لیموں سے سجا کر پیش کریں۔



Achari Green Mutton

Ingredients:

Mutton pieces	1/2 kg
Green chillies (finely cut)	2
Hot spices powder, Coriander powder	1 tsp each
Yogurt, Water	1 cup each
Salt	1 tsp
Fresh coriander (chopped)	1/2 cup
Oil	1/2 cup

Paste Ingredients:

Onions	2
Green chillies	8
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Fresh coriander (chopped)	3 tbsp

Achari Masala Ingredients:

Fennel seeds, Cumin seeds	1 tsp each
Mustard seeds, Onion seeds	3/4 tsp each
Fenugreek seeds	1/4 tsp

Tempering Ingredients:

Mustard seeds, Onion seeds	1/2 tsp each
Curry leaves	20
Oil	1/4 cup

Method:

- Crush achari masala ingredients.
- Blend paste ingredients in a blender.
- Blend yogurt and fresh coriander together.
- Heat oil in a pot; fry achari masala and green chillies for 2 minutes.
- Add paste; cook till onions are golden.
- Add mutton, hot spices, coriander, water and salt; cook for 15 minutes.
- Add blended yogurt; bring to boil.
- Fry tempering ingredients in a frying pan; pour over mutton; serve hot.

اچاری ہرا گوشت

بگھار کے اجزاء:	1/2 کلو	بکرے کا گوشت
رائی دانے، کلونجی 1/2، 1/2 چائے کا چمچ	2 عدد	ہری مرچیں (باریک کٹی ہوئی)
کرہی پتے 20 عدد	ایک ایک چائے کا چمچ	پسا ہوا گرم مصالحہ پسا ہوا دھنیا
تیل 1/4 پیالی	ایک ایک پیالی	دہی پانی
	ایک چائے کا چمچ	نمک
	1/4 پیالی	ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا) تیل

آمیزے کے اجزاء:

پیاز	2 عدد
ہری مرچیں	8 عدد
پسا ہوا لہسن اور رک	ایک کھانے کا چمچ
ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)	3 کھانے کے چمچے

اچاری مصالحے کے اجزاء:

سوائف سفید زیرہ	ایک ایک چائے کا چمچ
رائی دانے، کلونجی 3/4، 3/4 چائے کا چمچ	
میتھی دانے	1/4 چائے کا چمچ

ترکیب:

اچاری مصالحے کے اجزاء کوٹ لیں۔ آمیزے کے اجزاء بلینڈر میں یکجان کر لیں۔ بلینڈر میں علیحدہ سے دہی اور ہرا دھنیا یکجان کر لیں۔ دہی میں تیل گرم کر کے ہری مرچیں اور اچاری مصالحے 2 منٹ تک بھونیں پھر پسا ہوا آمیزہ ڈالیں اور پیاز سنہری ہونے تک پکائیں۔ اس میں گوشت گرم مصالحہ دھنیا پانی اور نمک ڈال کر 15 منٹ پکائیں پھر دہی کا آمیزہ ڈالیں اور ابال آنے تک پکائیں۔ فرائننگ تین میں بگھار کے اجزاء تل کر گوشت پر ڈالیں اور گرما گرم پیش کریں۔



Ice Cream Date Cake

Ingredients:

Bananas (finely cut)	4
Sponge cake (rectangular)	1 (1 lb)
Dates (de-seeded)	170 grams
Vanilla ice cream	1 litre
Cocoa powder	for sprinkling

Method:

- Line a loaf mould with butter paper.
- Cut cake lengthwise from the centre; place the bottom half in the mould.
- Blend bananas till creamy in a blender; remove in a bowl; add ice cream and dates.
- Spread over cake; level with a spoon; sprinkle cocoa powder on top.
- Place the top half of cake over it; cover with aluminium foil and deep freeze for at least 8 hours.
- Remove cake onto a plate; cut into pieces; serve.

کھجور والا آئس کریم کیک

اجزاء:

کیلے (باریک کٹے ہوئے)	4 عدد
سفنج کیک	ایک پونڈ
کھجور (کنکھلی نکلی ہوئی)	170 گرام
وینلا آئس کریم	ایک لیٹر
کوکو پاؤڈر	چھڑکنے کے لئے

ترکیب:

لوف کے سانچے پر چکنا کاغذ لگا دیں۔ کیک کو لمبائی میں درمیان سے کاٹ لیں، نچلے ٹکڑے کو سانچے میں رکھیں۔ کیلوں کو بلینڈر میں کریمی کر کے پیالے میں نکال لیں۔ اس میں آئس کریم اور کھجور ملا لیں۔ اس آمیزے کو کیک پر ڈال کر چھچھے کی مدد سے ہموار کر دیں۔ اس پر کوکو پاؤڈر چھڑک دیں۔ اس پر کیک کا دوسرا ٹکڑا رکھیں اور المونیم فوائل سے ڈھانک کر کم از کم 8 گھنٹوں کے لئے ڈیپ فریزر میں رکھ دیں۔ کیک کو سانچے سے نکال کر پلیٹ میں رکھیں اور ٹکڑے کاٹ کر پیش کریں۔



Chocolate Cherry Trifle

Ingredients:

Chocolate cake (cut into pieces)	1 (1lb)
Fruit syrup	½ cup
Fresh cream	1 cup
Chocolate syrup, Cherries	for garnishing

Pudding Ingredients:

Icing sugar	1 ½ cups
Cocoa powder	1 cup
Cornflour	⅔ cup
Vanilla essence	1 tsp
Salt	1 pinch

Method:

- Mix chocolate pudding ingredients in a bowl; fill in a container; refrigerate.
- Layer cake in a serving dish; pour fruit syrup on top; layer with chocolate pudding; refrigerate for 1 hour.
- Add a layer of cream on top.
- Garnish with chocolate syrup and cherries; serve.

چاکلیٹ چیری ٹرائفل

اجزاء:

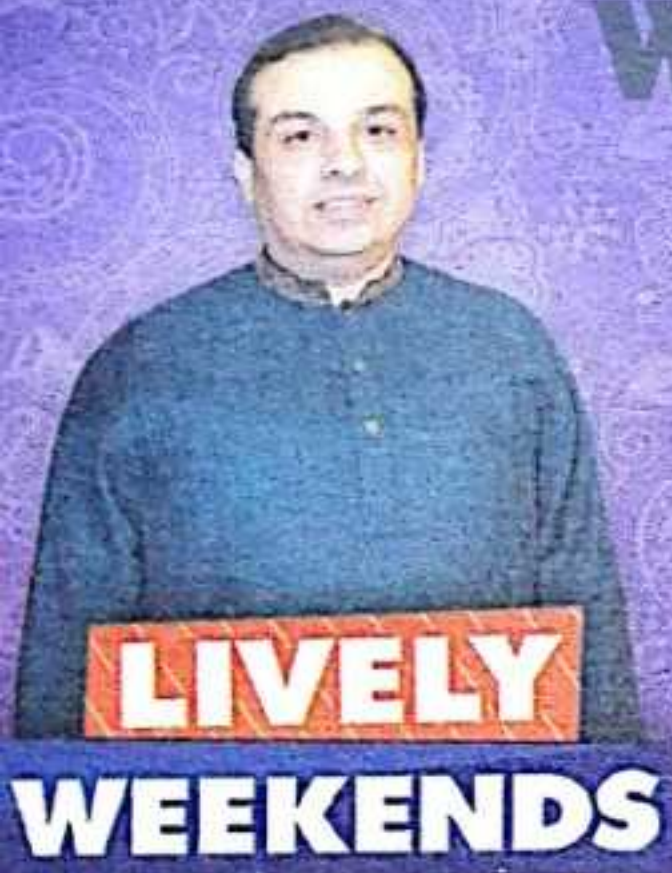
ایک پونڈ	چاکلیٹ کیک (کٹا ہوا)
½ پیالی	فروٹ سیرپ
ایک پیالی	تازہ کریم
سجانے کے لئے	چاکلیٹ سیرپ، چیریز

پڈنگ کے اجزاء:

1½ پیالی	پسی ہوئی چینی
ایک پیالی	کوکو پاؤڈر
2/3 پیالی	کارن فلور
ایک چائے کا چمچ	وینا ایسنس
ایک چٹکی	نمک

ترکیب:

ایک پیالے میں چاکلیٹ پڈنگ کے اجزاء ملائیں اور ڈبے میں بھر کر فرج میں رکھ دیں۔ سرونگ ڈش میں کیک کی تہ لگائیں اس کے اوپر فروٹ سیرپ ڈالیں اس پر چاکلیٹ پڈنگ کی تہ لگا کر فرج میں رکھ دیں۔ ایک گھنٹے کے بعد نکال کر کریم کی تہ لگائیں۔ اسے چیریز اور چاکلیٹ سیرپ سے سجا کر پیش کریں۔



Capsicum Mince Onion

Ingredients:

Beef mince	1/2 kg
Ginger/garlic paste	3 tbsp
Red chilli powder	1 tsp
Cumin powder	1 tsp
Hot spices powder	1/2 tsp
Nutmeg and mace powder	1/2 tsp
Yogurt	2 tbsp
Gram flour	2 tbsp
Capsicum (finely cut)	1
Onion (finely cut)	1
Tomato (finely cut)	1/2
Onion (chopped)	1
Ginger (finely cut)	1/2-inch piece
Fresh coriander (chopped)	2 tbsp
Green chillies (chopped)	2
Raw papaya paste	1 tbsp
Salt	to taste
Oil	1/2 cup + 2 tbsp

Method:

- Marinate mince with papaya, salt, ginger/garlic, red chillies, cumin, hot spices, nutmeg and mace, gram flour and onion; set aside for 1 hour.
- Heat oil in a wok; fry mince; add yogurt and cook till oil separates.
- Heat 2 tbsp oil in a frying pan; fry capsicum and onion for a few minutes; remove half.
- Add coriander and green chillies to remaining capsicum and onion; add to mince.
- Dish out. Add remaining fried vegetables, tomato, ginger and coriander on top.

شملہ قیمہ پیاز

اجزاء:

1/2 کلو	گائے کا قیمہ
3 کھانے کے چمچے	پسا ہوا لہسن اور رگ
ایک چائے کا چمچ	پسی ہوئی لال مرچ
ایک چائے کا چمچ	پسا ہوا سفید زیرہ
1/2 چائے کا چمچ	پسا ہوا گرم مصالحہ
1/2 چائے کا چمچ	پسی ہوئی جانفیل جاوتری
2 کھانے کے چمچے	دہی
2 کھانے کے چمچے	بیس
ایک عدد	شملہ مرچ (باریک کٹی ہوئی)
ایک عدد	پیاز (باریک کٹی ہوئی)
1/2 عدد	ٹماٹر (باریک کٹا ہوا)
ایک عدد	پیاز (چوپ کی ہوئی)
1/2 انچ کا ٹکڑا	ادرک (باریک کٹی ہوئی)
2 کھانے کے چمچے	ہرا دھنیا (چوپ کئے ہوئے)
2 عدد	ہری مرچیں (چوپ کی ہوئی)
ایک کھانے کا چمچ	پسا ہوا کچا پیٹا
حسب ذائقہ	نمک
1/2 پیالی + 2 کھانے کے چمچے	تیل

ترکیب:

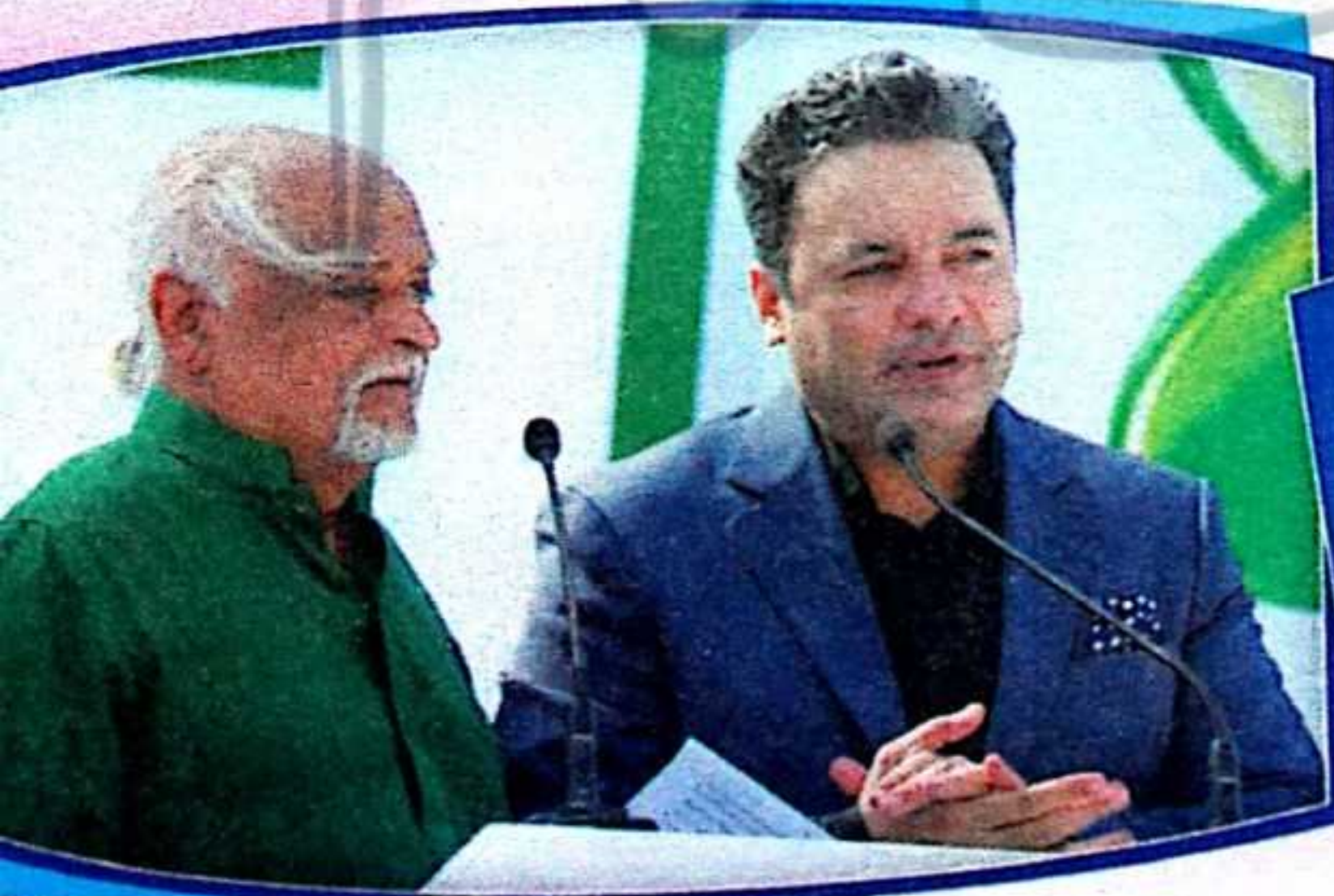
قیمے میں پیٹا، لہسن اور رگ، لال مرچ، زیرہ، گرم مصالحہ، جانفیل جاوتری، بیس، پیاز اور نمک ملا کر ایک گھنٹے کے لئے رکھ دیں۔ کڑا ہی میں تیل گرم کریں اور قیمہ بنوئیں اس میں دہی ڈال کر تیل اوپر آنے تک پکائیں۔ فرائننگ بین میں 2 کھانے کے چمچے تیل گرم کر کے شملہ مرچ اور پیاز چند منٹ تک پکائیں اس میں سے 1/2 نکال دیں باقی میں ہرا دھنیا اور ہری مرچیں ملا کر قیمے میں ڈال دیں قیمے کو ڈش میں نکالیں اس پر باقی تلی ہوئی سبزیاں، ٹماٹر اور رگ اور ہرا دھنیا ڈال کر پیش کریں۔

شہر شہر کی خبریں

ملک بھر میں ہونے والی نمایاں تقریبات کی خبروں اور تصاویر پر مبنی سلسلہ



لیڈیز فنڈز کی جانب سے پاور لنچ کا اہتمام
گزشتہ دنوں لیڈیز فنڈز کی جانب سے پاور لنچ کا اہتمام کیا گیا۔ اوکرا ریسٹورنٹ میں منعقد
اس ظہرانے میں لیڈیز فنڈز کی صدر تازہ عذرہ واؤڈ ممتاز خواتین اور صحافیوں کی بڑی تعداد
شریک ہوئی۔ تقریب کے انعقاد کا مقصد پاکستان کی نمایاں خواتین کا ایک دوسرے سے
بڑھانا تھا۔ اس موقع پر ایک تین کورس لنچ کا اہتمام کیا گیا جس کے ساتھ آرٹ آف انٹرویو
کے عنوان سے ٹیٹ اور رنگ کے مواقع پیش کئے گئے۔



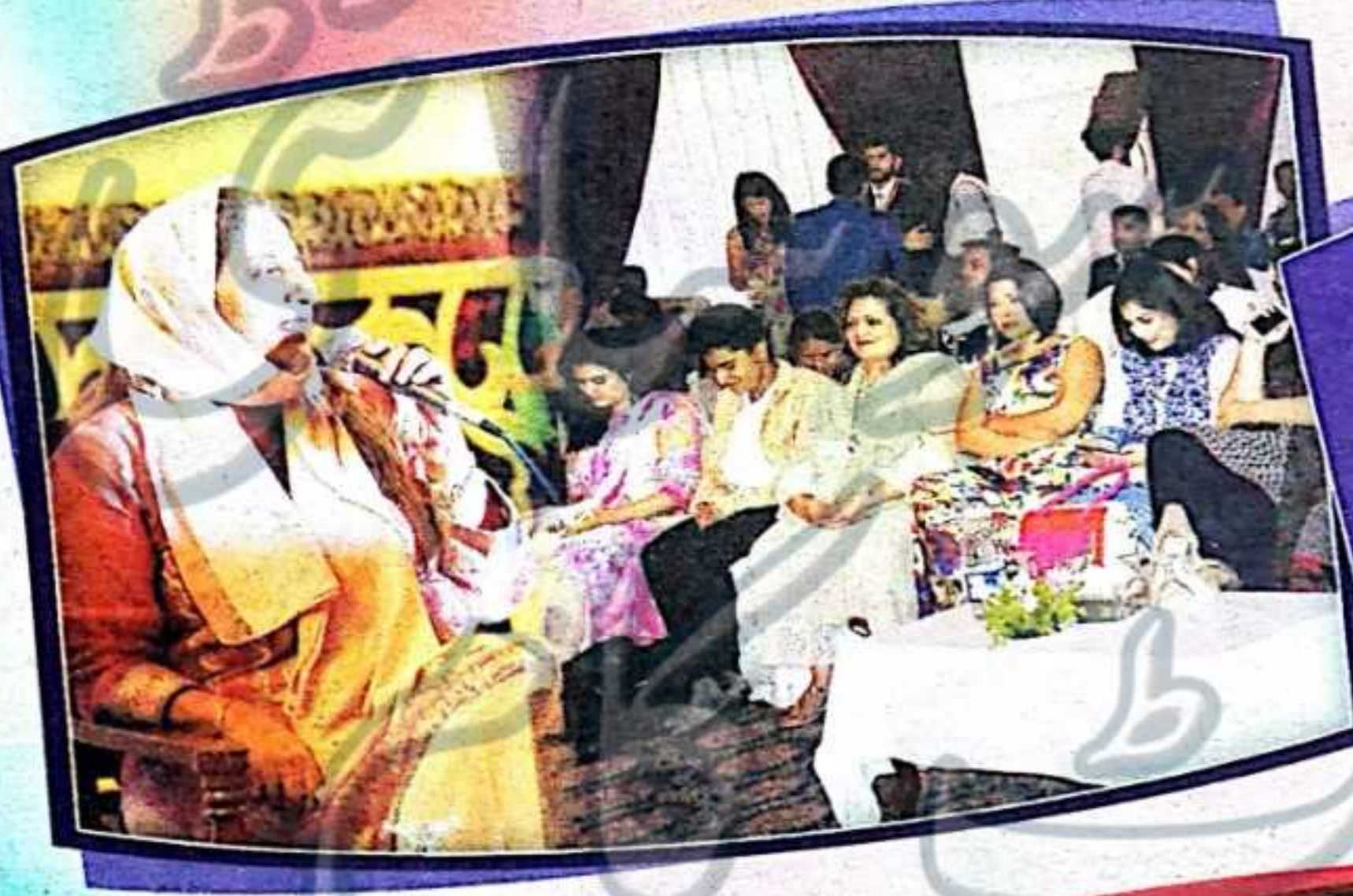
ایریل کے نئے ڈٹرجنٹ کے اجراء کی تقریب
پاکستان کی معروف کمپنی پی اینڈ جی پاکستان نے پورٹ گریڈ کراچی میں منعقدہ ایک تقریب
میں نئے اور بہتر فارمولے کے ساتھ ایریل ڈٹرجنٹ کے اجراء کا اعلان کیا۔ تقریب پاکستان
کی روایتی میزبانی کے تحت منائی گئی جس میں ملک بھر کے صوبوں کی روایتی ٹانفتوں اور خوراک
کے طریقے سامنے آئے۔ اس موقع پر شیف محبوب اور شیف ڈاکٹر موجود تھے۔
تقریب کی میزبانی کے فرانسز انور مقصود انجام دے رہے تھے جب کہ معززین شہر کی بڑی
تعداد تقریب میں شریک ہوئی۔

READING
Section

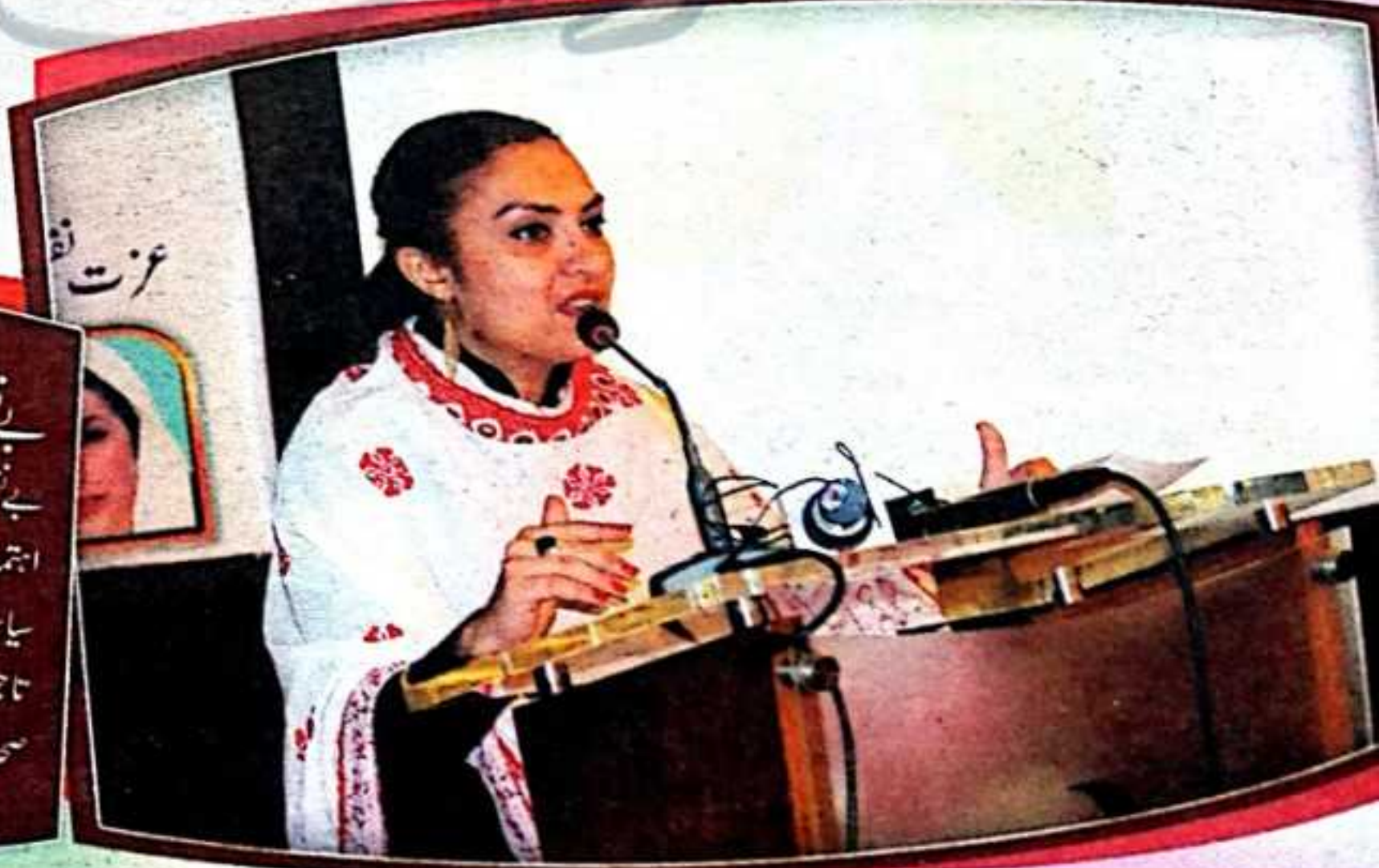
MASALA 84 CITY NEWS



ٹوٹی اینڈ گائے کراچی میں تقریب کا اہتمام
ٹوٹی اینڈ گائے کی جانب سے کراچی میں کیول جوئے لندن کی مصنوعات کو پیش کرنے کے
لئے ایک تقریب منعقد کی گئی۔ تقریب میں حاضرین کو کیول جوئے کی اشنی اسپنگ
مصنوعات کے فوائد سے آگاہ کیا گیا اور موقع پر موجود افراد کو اپنے چہروں پر انہیں آزمانے کا
موقع بھی دیا گیا۔ تقریب میں صحافیوں اور بلاگرز کی بڑی تعداد شریک ہوئی جن کی تواضع پر
پرنکلف چائے سے کی گئی۔



شان پاکستان کی پریس کانفرنس
”شان پاکستان“ کلرز آف انڈیا پاک کے عنوان سے نیو دہلی انڈیا میں ایک ریجنل فیشن اور
میل تقریب کا اہتمام کیا جا رہا ہے۔ گزشتہ دنوں ہوٹل پرل کانی نیشنل میں اس حوالے سے
پریس کانفرنس کا اہتمام کیا گیا جس میں صحافیوں اور معززین شہر کی بڑی تعداد شریک ہوئی۔
نوں کی تواضع پر نکلنے چائے سے کی گئی۔



بے نظیر انکم سپورٹ پروگرام
بے نظیر انکم سپورٹ پروگرام کی جانب سے کراچی کے نمون پک ہوٹل میں ایک تقریب کا
اہتمام کیا گیا۔ تقریب سے خطاب کرتے ہوئے پاکستان مسلم لیگ کی رہنما اور معروف
سیاست دان ماروی تبین نے بے نظیر انکم سپورٹ پروگرام کی افادیت سے لوگوں کو آگاہ کیا اور
تاجر برادری کو اس پروگرام کی توسیع میں معاونت کی جانب مائل کیا۔ تقریب میں تاجروں
صحافیوں اور دیگر مہمانوں کی بڑی تعداد موجود تھی جنہیں پرنکلف چائے پیش کی گئی۔

Tops Ketchup

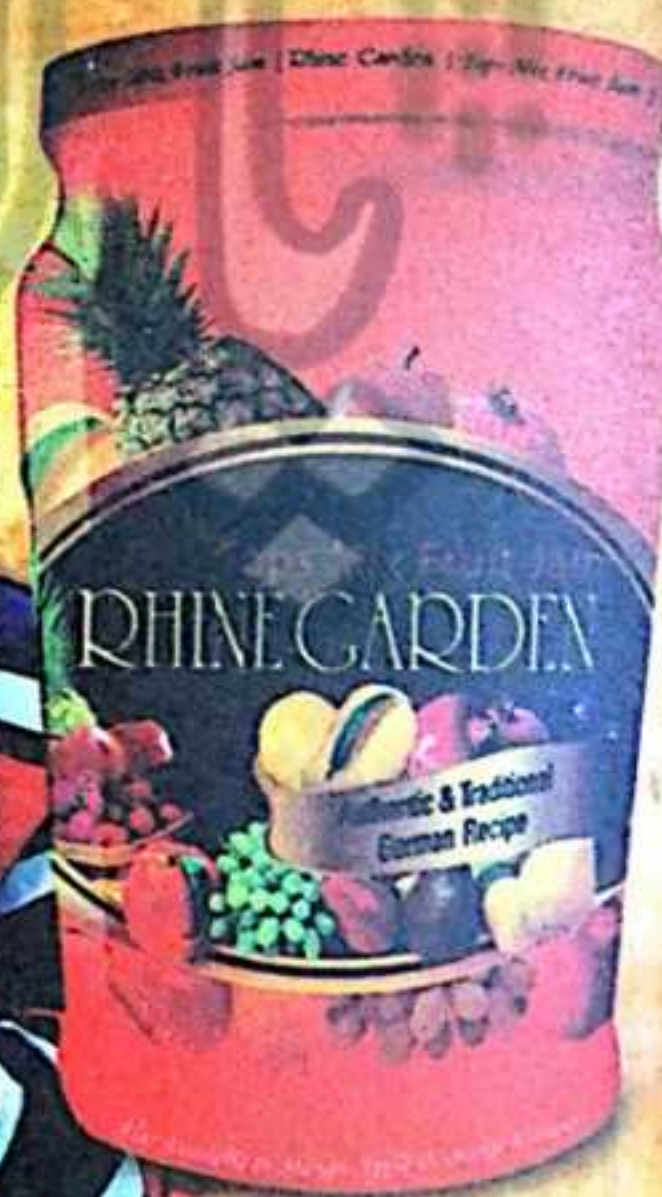
tops them all!



Spread Happiness
with

Taste!

Also available in Apple,
Mango, Orange Marmalade



TOPS VINEGAR



Tops Food & Beverages (Since 1969)
(An ISO-9001 & HACCP Certified Company)

www.murreebrewery.com
facebook/murreebrewery



READING
Section



UHD TV

Ultra High Definition

Just Enjoy Your Watching Trip



UD5SD6000i



4Kx2K



Android 4.4



Hexa Core Processor



iSmart Control



iSMART-TV



Android 4.4



Hexa Core Processor



Multi-Screen Interaction



C-Store



GoLive TV



Throw - Remote - Away
iSmart TV



Store Changhong.com.pk

OfficialChanghongfluba

UAN: 111-472-247

www.changhong.com.pk



Make your imagination fly

Section



نرم کوفتے بنانے کے لئے



اگر کوفتوں کو نرم کرنا مقصود ہو تو قیر بغیر چربی کا لیں اسے ڈبل روٹی کے سلاٹسوں کے ہمراہ پیس لیں۔ کوفتے نہایت مزے دار اور نرم بنیں گے۔

لیکوریہ کی شکایت دُور کرنے کے لئے



مٹی کے برتن میں رات میں پانی رکھ دیں۔ صبح اٹھنے کے بعد سب سے پہلے ۱/۲ چائے کا چمچ سفید زیرے کو تھوڑی سی چینی کے ہمراہ کھائیں اور مٹی کے برتن کا پانی پی لیں۔ ایک ہفتے کے استعمال سے لیکوریہ کی شکایت رفع ہو جائے گی۔

ایڑیاں صاف کرنے کے لئے



ایک سفید شلجم کو چھیل کر ابالیں اور بھرتہ کریں۔ شب میں نیم گرم پانی میں شلجم اور تھوڑا سا شیمپو ڈالیں۔ اس میں پیر بھگو دیں اور برش سے ناخنوں کو صاف کریں، ایڑیوں کو جھانویں سے رگڑ کر صاف کر لیں۔ پیروں کو تولیے سے صاف کر کے خوب ساری ویسلین یا پیٹرولیم جیلی لگائیں اور موزے پہن کر سو جائیں۔ 2 سے 3 مرتبہ کرنے کے بعد پیر خوب صاف ہو جائیں گے۔

کیڑوں سے داغ دھبے دُور کرنے کے لئے

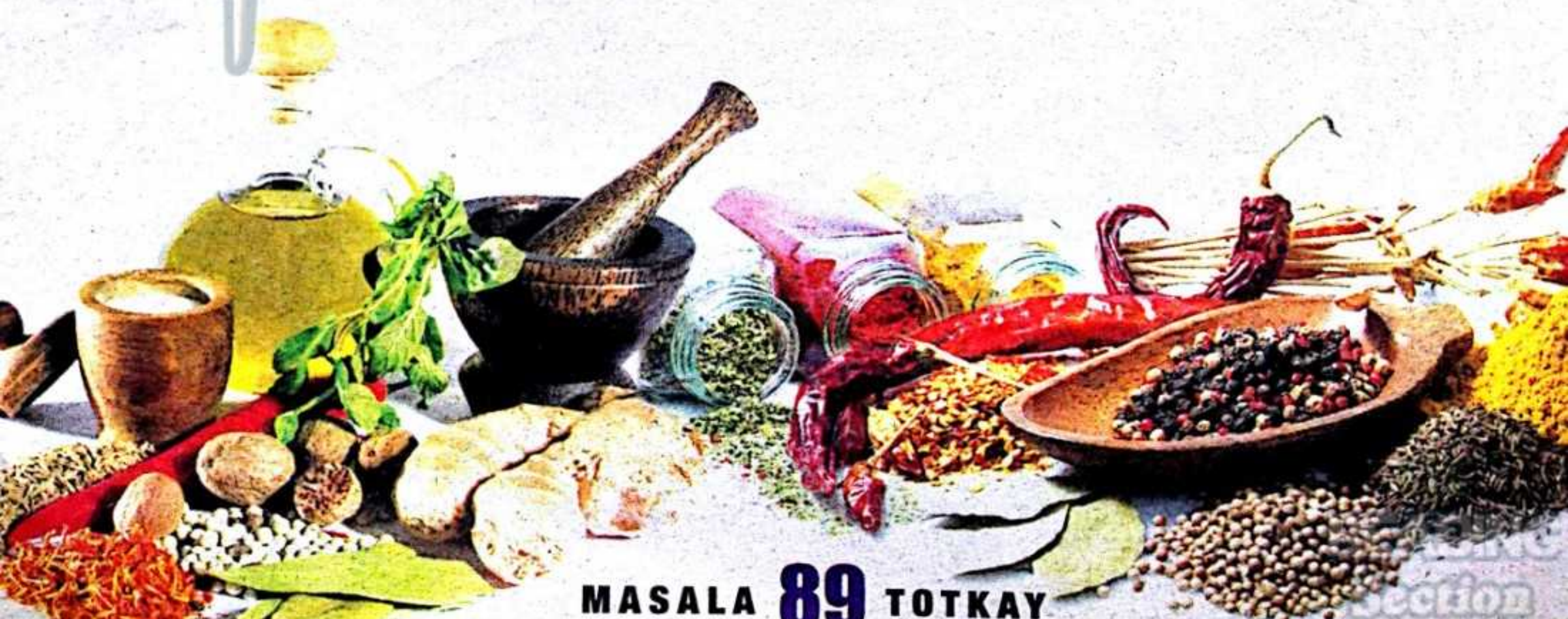


کیڑے پر اگر رنگ کے داغ ہیں تو لیموں میں نمک ملائیں اور اسے داغ پر ملیں اور کیڑے کو دھوپ میں رکھ دیں، ہر 5 منٹ کے بعد چند منٹ کے بعد یہ عمل دہرائیں اور پھر کسی اچھے ڈیٹر جنٹ سے کیڑا دھولیں۔ اگر بوتل والی سیاہی کا داغ ہے تو لیموں اور نمک کے بجائے دودھ میں لیموں ملا کر داغ پر ملیں۔ اگر بال پوائنٹ قلم کا داغ ہے تو اسٹین سپنک میں روٹی ڈبو کر داغ پر ملیں اور پھر دھولیں۔ گلاب کے پھولوں کے داغ دُور کرنے کے لئے کارن فلور کو پانی میں گھول کر اس جگہ پر لگائیں اور پھر ڈیٹر جنٹ سے دھولیں۔ اگر داغ لپ اسٹنک کے ہیں تو پھر داغوں پر ہیر اسپرے کریں۔ داغ خواہ کسی بھی طرح کا ہو اسے دھونے کے بعد فوری طور پر استری کر لیں۔

پیٹ کے کیڑے دُور کرنے کے لئے



اگر بچوں کے پیٹ میں کیڑے ہو گئے ہوں تو ایک پیالی پانی میں ایک چائے کا چمچ کلونجی ملا کر ابالیں۔ رات میں سوتے وقت اس میں سے ایک چائے کا چمچ پینے کو پلائیں، تین سے چار روز میں ہی کیڑے نکل جائیں گے۔





شکسیر

عمرات رات 8:00 بجے

Writers : Shahzad Javed & Nooran Makhdoor
Director : Aehsun Talish
Producers : Humayun Saeed & Shahzad Nasir

Writer: Aamna Mufti

Director: Sohail Javed

Producer: Sadia Jabbar



دروا کی ABC

جمعہ رات
8:00 بجے



facebook.com/Aplusentertainmentchannel
youtube.com/anluserentertainmenttv

www.a-plus.tv

پاک سوسائٹی ڈاٹ کام کی پیشکش

یہ شمارہ پاک سوسائٹی ڈاٹ کام نے پیش کیا ہے

ہم خاص کیوں ہیں :-

- ✦ ہائی کوالٹی پی ڈی ایف فائلز
- ✦ ہر ای بک آن لائن پڑھنے کی سہولت
- ✦ ماہانہ ڈائجسٹ کی تین مختلف سائزوں میں اپلوڈنگ
- ✦ سپریم کوالٹی، نارمل کوالٹی، کمپریسڈ کوالٹی
- ✦ عمران سیریز از مظہر کلیم اور ابن صفی کی مکمل ریچ
- ✦ ایڈ فری لنکس، لنکس کو میسجے کمانے کے لئے شرٹک نہیں کیا جاتا
- ✦ ہر ای بک کا ڈائریکٹ اور ریڈیو ایبل لنک
- ✦ ڈاؤنلوڈنگ سے پہلے ای بک کا پرنٹ پر یو ہر پوسٹ کے ساتھ
- ✦ پہلے سے موجود مواد کی چیکنگ اور اچھے پرنٹ کے ساتھ تبدیلی
- ✦ مشہور مصنفین کی کتب کی مکمل ریچ
- ✦ ہر کتاب کا الگ سیکشن
- ✦ ویب سائٹ کی آسان براؤزنگ
- ✦ سائٹ پر کوئی بھی لنک ڈیڈ نہیں

We Are Anti Waiting WebSite

واحد ویب سائٹ جہاں ہر کتاب ٹورنٹ سے بھی ڈاؤنلوڈ کی جاسکتی ہے

↳ ڈاؤنلوڈنگ کے بعد پوسٹ پر تبصرہ ضرور کریں

↳ ڈاؤنلوڈنگ کے لئے کہیں اور جانے کی ضرورت نہیں ہماری سائٹ پر آئیں اور ایک کلک سے کتاب

ڈاؤنلوڈ کریں

اپنے دوست احباب کو ویب سائٹ کا لنک دیکر متعارف کرائیں

WWW.PAKSOCIETY.COM

Online Library for Pakistan



Like us on
Facebook

fb.com/paksociety



twitter.com/paksociety1

Whitening Series



Goldenpearl

beauty forever

READING
Section

